

قیمت فی شمارہ  
15 روپے

عَبْقَرِی حَسَاب ۛ  
فَبَآیَ الْآءِ رَبُّكُمَا تُكَذِّبَنَّ ۛ القرآن

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں اور روحانی مسائل کا حل۔

لاہور

# ماہنامہ عَبْقَرِی®

اپریل 2007 بمطابق ربیع الاول 1428 ہجری

بازوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

## روحانی و جسمانی گھریلو الجھنیں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

نبوی دسترخوان کے مناظر

کیا رزق قدر مانگتا ہے؟

تین ”چ“ کے راز

دھیاری ماں اور بیٹی کی قبر

چیل نے اوپر سے ایک بڑا سا سسکتا ہوا  
گرگٹ نیچے گرا دیا

مدینہ کا سید،

میرا بخار اور قہوے کے کرشمے

حضورؐ

آب زم زم کے

سائنسی اور روحانی فائدے

حضورؐ

ملتان میٹھی اور لیموں سے

کیل مہا سے کا علاج

حضورؐ

فزیوتھراپسٹ اور یوگا

کے ماہرین کے انکشافات

خواتین کی اسلامی زندگی  
کے سائنسی حقائق

عبقری خود پڑھیے، مطالعہ کے بعد اپنے دوست احباب  
کو محبت کے ساتھ اسکے مطالعہ کی ترغیب دیجیئے اور اپنے  
تمام ملنے والوں تک پہنچا کر معاشرے کی روحانی اور  
جسمانی گھریلو الجھنوں کے حل میں مدد کریں۔  
ایصال ثواب اور تقسیم کے لیے خصوصی رعایت۔



- 2
- 3
- 5
- 7
- 9
- 10
- 11
- 13
- 14
- 15
- 16
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31
- 33
- 34
- 35
- 36

- فہمیں ان کی جوہر ہیں۔
- درس ہدایت۔
- آلوہش دل میں نہ کشش، مگر سیرت اچھی۔
- تم نے آئین نہیں کی۔
- ڈاکو کو قتل کرنے کا کام میرے ذمہ کریں۔
- تیر کا بچو۔
- بچوں کی شخصیت کیسے بنتی ہے۔
- خواتین پوچھتی ہیں؟
- پیغمبر ﷺ کا غیر مسلموں سے حسن سلوک۔
- جنات سے بچنا مانتیں۔
- طبی مشورے۔
- آئین مل کر دعا کریں۔
- درو پاک اور پریشانیوں۔
- یا حنان یا منان (جب مانگا جائے تو عطا کرتا ہے)۔
- بڑی بوڑھیوں کے آزمودہ گھر بیٹو گئے۔
- روحانی پیاروں کے روحانی علاج۔
- اکشافِ غیبی اور روحانی ملاقات۔
- عبقری کے پکوان ڈالنے اور ہیک کے ساتھ۔
- سفیر ریش بوڑھا تو کم کا جولا ہا۔
- نفس کی پاکیزگی اور طبیعت میں انکساری پائے۔
- کالی دنیا کالے عامل اور زلی کالی مشکلات۔
- کازوال اور قرآن کی طاقت کا کمال۔
- نفسانی گھر بیٹھنے اور آزمودہ یعنی علاج۔
- نیز کے غلبے کے باوجود نیند نہیں آ رہی تھی۔
- آپ کا خواب اور روشن بصر۔
- جادو کا مکمل کرنے سے توبہ۔
- قارئین کی خصوصی تحریریں۔

## ٹھہریے پہلے اسے پڑھیں

اگر آپ رسالہ ”عبقری“ کا اجزاء کرنا چاہتے ہیں تو اس کا زر سالانہ مبلغ 120 روپے مع ڈاک خرچ ہے۔ آپ یہ رقم بذریعہ منی آرڈر بنام ”دفتر ماہنامہ عبقری مرکز روحانیت وامن 78/3، مزنگ چوکی، قریب چوک، یونائیٹڈ بینکری اسٹریٹ، جیل روڈ لاہور“ کو ارسال کریں۔ اگر آپ رسالے کا فوری اجراء چاہتے ہیں تو پھر آپ مبلغ 125 روپے زر سالانہ ارسال کریں، رقم موصول ہونے پر فوری رسالہ جاری کر دیا جائے گا۔ اگر منی آرڈر نہیں کر سکتے، تو ایک طریقہ یہ ہے کہ اسی مالیت کے ایک روپے والے ڈاک ٹکٹ بذریعہ خط اپنے مکمل پتہ کے ساتھ ارسال کریں۔ اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ اگر سالانہ بذریعہ پی وی منگوانے سے گریز فرمائیں کہ وصول نہ کرنے کی صورت میں ادارہ کو نقصان پہنچتا ہے۔ آسان صورت یہ ہے کہ آپ رقم منی آرڈر کر دیں رقم ملتے ہی مطلوبہ رسالہ ارسال کر دیا جائیگا۔ اگر کوئی صاحب صرف ایک رسالہ منگوا چاہتے ہیں تو وہ 10 روپے رسالہ کی قیمت اور 5 روپے ڈاک خرچ یعنی 15 روپے کے ڈاک ٹکٹ (ایک روپے والے) ارسال کر دیں تاکہ آپ کو فوری رسالہ مل جائے۔

قارئین سے التماس: رسالہ ملتے پر اپنے ڈاک سے رجوع کریں کیوں کہ پوری تسلی کے بعد رسالہ روانہ کیا جاتا ہے، اپنا خریداری نمبر محفوظ رکھیے اور کسی بھی شکایت کی صورت میں خریداری نمبر کا حوالہ ضرور دیجئے یا اپنا زر سالانہ جمع کر لیں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے، ورنہ معذرت۔ بعض احباب نے اپنے عزیز واقارب یا ملنے والوں کے لیے ”عبقری“ کا اجراء کرایا ہوا ہے، ان کے علم میں یہ بات نہیں کہ یہ رسالہ کو کسی کی جانب سے موصول ہو رہا ہے، ان کو تشویش ہوتی ہے اور وہ ادارہ سے رجوع کرتے ہیں، احباب سے گزارش ہے کہ رسالہ جاری کرانے پر اپنے دوست احباب کو اس کی اطلاع لازمی کر دیں اور ہمارے پاس بھی نوٹ کر دیں تاکہ ادارہ ان کو تسلی بخش جواب دے سکے۔

شکایات موصول ہوتی ہیں: اکثر و بیشتر قارئین کی طرف سے شکایات موصول ہوتی ہیں کہ رسالہ نہیں ملتا یا وقت پر نہیں ملتا۔ قارئین کو بدگمانی ہو رہی ہے کہ ہم رسالہ ارسال نہیں کرتے جنہیں رسالے نہیں ملتے وہ دیئے گئے پتہ پر اور اپنے متعلقہ ڈاک خانہ پر تحقیق کریں نیز ایسے موقع پر دعا کریں کہ یہ سلسلہ چلتا رہے اور آپ سب کو رسالے بروقت ملتے رہیں۔ اگر رسالہ کا اجراء ہر انگریزی مہینے کی 26-27-28 تاریخ کو ہو جاتا ہے، اس کے بعد جوئے خریدار بنتے ہیں ان کو رسالہ اگلے ماہ جاری ہوگا۔

ماہنامہ عبقری قریبی بک سٹال یا اخبار فروش سے طلب کریں

حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجدد رحمۃ اللہ علیہ

جناب حکیم محمد رمضان چغتائی رحمۃ اللہ علیہ

شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبداللہ مفتی دامت برکاتہم العالیہ

حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی دامت برکاتہم العالیہ (پھلت)

شمارہ نمبر 10 جلد نمبر 01 اپریل 2007ء بمطابق ربیع الاول 1428ھ

فرقہ وادیت اور سیاسی تعصبات سے پاک

# عبقری

ماہنامہ

لاہور

اپریل 2007ء

روحانی و جسمانی صحت کا ضامن، مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجدد و بی چغتائی

حکیم محمد خالد محمود چغتائی، جنرل الہی شمس، حاجی میاں محمد طارق  
ملک خادم حسین، قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

مجلس مشاورت

قیمت فی شمارہ \_\_\_\_\_ 15 روپے

اندرونی ملک سالانہ (معد ڈاک خرچ) \_\_\_\_\_ 120 روپے

بیرون ملک سالانہ (معد ڈاک خرچ) \_\_\_\_\_ 140 امریکی ڈالر

دائرے میں سرخ نشان سالانہ خریداری کی مدت ختم ہونے کی علامت ہے لہذا نئے سال کی خریداری کے لیے رقم ارسال فرمائیں۔

ایجنسی ہولڈر اپنی مہر لگائیں اہد یہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں۔

## ضروری وضاحت

ماہنامہ عبقری میں شائع ہونے والی تحریریں ایک رائے اور نقطہ نظر کی حیثیت رکھتی ہیں جنہیں ہر قسم کے مذہبی و سیاسی تعصبات سے بالاتر ہو کر پوری نیک نیتی کے ساتھ شائع کیا جاتا ہے۔ مضمون نگار حضرات کی آراء و نقطہ نظر ان کے اپنے ہیں، جن سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہذا ادارہ کسی ایسے مضمون کی اشاعت پر جواب دہ نہیں ہوگا جس سے کسی مذہبی سیاسی فریاد جماعت کو اختلاف ہو۔ (مدیر)

مستقل پتہ دفتر ماہنامہ ”عبقری“ مرکز روحانیت وامن  
78/3، مزنگ چوکی، قریب چوک، یونائیٹڈ بینکری  
اسٹریٹ جیل روڈ لاہور

0322-4688313  
042-7552384

Website: www.ubqari.com

Email: ubqari@hotmail.com

## نصیحتیں اُن کی جو رہبر ہیں

ایک مرتبہ حضرت عمرؓ نے ایک آدمی کو یہ نصیحت فرمائی لوگوں میں لگ کر اپنے سے غافل نہ ہو جاؤ کیونکہ تم سے اپنے بارے میں پوچھا جائے گا لوگوں کے بارے میں نہیں پوچھا جائے گا۔ ادھر ادھر پھر گردن نہ گزاردیا کرو کیونکہ تم جو بھی عمل کرو گے وہ محفوظ کر لیا جائے گا جب تم سے کوئی برا کام ہو جایا کرے تو اس کے بعد فوراً کوئی نیکی کا کام کر لیا کرو کیونکہ جس طرح نئی نیکی پرانے گناہ کو بہت زیادہ تلاش کرتی ہے اور اسے جلدی سے پالیتی ہے اس طرح اس سے زیادہ تلاش کرنے والی میں نے کوئی چیز نہیں دیکھی۔

حضرت عمرؓ نے فرمایا جو چیز تمہیں تکلیف دیتی ہے اس سے تم کنارہ کشی اختیار کر لو اور نیک آدمی کو دوست بناؤ لیکن ایسا آدمی مشکل سے ملے گا اور اپنے معاملات میں اُن لوگوں سے مشورہ لو جو اللہ سے ڈرتے ہیں۔

حضرت سعید بن مسیبؓ کہتے ہیں حضرت عمر بن خطابؓ نے لوگوں کے لئے اٹھارہ باتیں مقرر کیں جو سب حکمت و دانائی کی باتیں تھیں۔ انہوں نے فرمایا: (۱) جو تمہارے بارے میں اللہ کی نافرمانی کرے تم اسے اس جیسی اور کوئی سزا نہیں دے سکتے کہ تم اس کے بارے میں اللہ کی اطاعت کرو (۲) اور اپنے بھائی کی بات کو کسی اچھے رخ کی طرف لے جانے کی پوری کوشش کرو۔ ہاں اگر وہ بات ہی ایسی ہو کہ اسے اچھے رخ کی طرف لے جانے کی تم کوئی صورت نہ بنا سکو تو اور بات ہے (۳) اور مسلمان کی زبان سے جو بول بھی نکلا ہے اور تم اس کا کوئی بھی خیر کا مطلب نکال سکتے ہو تو اس سے بڑے مطلب کا گمان مت کرو (۴) جو آدمی خود ایسے کام کرتا ہے جس سے دوسروں کو بدگمانی کا موقع ملے تو وہ اپنے سے بدگمانی کرنے والے کو ہرگز ملامت نہ کرے (۵) جو اپنے راز کو چھپانے کا اختیار اس کے ہاتھ میں رہے گا (۶) اور سچے بھائیوں کے ساتھ رہنے کو لازم پکڑو۔ ان کے سایہ خیر میں زندگی گزارو کیونکہ وسعت اور اچھے حالات میں وہ لوگ تمہارے لئے زینت کا ذریعہ اور مصیبت میں حفاظت کا سامان ہوں گے (۷) اور ہمیشہ سچ بولو چاہے سچ بولنے سے جان ہی چلی جائے (۸) بے فائدہ اور بیکار کاموں میں نہ لگو (۹) جو بات ابھی پیش نہیں آئی اس کے بارے میں مت پوچھو کیونکہ جو پیش آچکا ہے اس کے تقاضوں سے ہی کہاں فرصت مل سکتی ہے (۱۰) اپنی حاجت اس کے پاس نہ لے جاؤ جو یہ نہیں چاہتا کہ تم اس میں کامیاب ہو جاؤ (۱۱) جھوٹی قسم کو ہلکانہ سمجھو نہ اللہ تمہیں ہلاک کر دیں گے (۱۲) بدکاروں کے ساتھ نہ رہو نہ تم ان سے بدکاری سیکھ لو گے (۱۳) اپنے دشمن سے الگ رہو (۱۴) اپنے دوست سے بھی چوکنے رہو لیکن اگر وہ امانتدار ہے تو پھر اس کی ضرورت نہیں اور امانتدار صرف وہی ہو سکتا ہے جو اللہ سے ڈرنے والا ہو (۱۵) زرقبرستان میں جا کر خشوع اختیار کرو (۱۶) اور جب اللہ کی فرمانبرداری کا کام کرو تو عاجزی اور تواضع اختیار کرو (۱۷) اور جب اللہ کی نافرمانی ہو جائے تو اللہ کی پناہ چاہو (۱۸) اور اپنے تمام امور میں اُن لوگوں سے مشورہ کیا کرو جو اللہ سے ڈرتے ہیں کیونکہ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں ”إِنَّمَا يَخْشَى اللَّهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ“ (سورہ فاطر آیت ۲۸) ترجمہ: خدا سے اس کے وہی بندے ڈرتے ہیں جو (اس کی عظمت کا) علم رکھتے ہیں۔

## نبویؐ دسترخوان کے مناظر

یقیناً آپؐ جانتے ہیں کہ آج کے دور میں ایک سنت پر عمل کرنا سو شہیدوں کے برابر ثواب پانا ہے

حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ (آپ ﷺ کی عادت طیبہ تھی) آپ صلی اللہ علیہ وسلم ساریوں پر کسی کے پیچھے بیٹھ جاتے تھے، آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے کھانے کا دسترخوان زمین پر رکھا جاتا، آپ صلی اللہ علیہ وسلم غلاموں کی دعوت قبول کر لیتے اور گدھے پر سوار بھی ہو جاتے۔

حضرت براء بن عازب رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم زمین پر کھانا کھاتے تھے۔ (سیرۃ جلد ۷، صفحہ ۲۶)

ابن قیم رحمۃ اللہ تعالیٰ نے لکھا ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم کے لئے دسترخوان زمین پر بچھایا جاتا، آپ صلی اللہ علیہ وسلم زمین پر کھاتے۔ (زاد المعاد، صفحہ ۵۴، اتحاف عن ابن عباس، جلد ۱، صفحہ ۲۱۲)

اسی طرح نبوی لیل و نہار میں ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے میز، کرسی پر بیٹھ کر کبھی کھانا تناول نہیں فرمایا بلکہ زمین پر دسترخوان بچھایا جاتا اور اس پر آپ صلی اللہ علیہ وسلم کھانا تناول فرماتے۔ (نبوی لیل و نہار، صفحہ ۴۰)

حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ ملائکہ جب تک کہ دسترخوان بچھا رہتا ہے دعا و رحمت کرتے رہتے ہیں۔

حضرت علی علیہ السلام پر جو ماندہ اترتا وہ سرخ چمڑے کے دسترخوان میں تھا۔ (عمدة القاری، جلد ۲، صفحہ ۳۵)

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں ایک شخص نے کھانا پیش کیا، آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ زمین پر چٹائی رکھو۔ (مجمع الزوائد، جلد ۵، صفحہ ۲۷)

حافظ ابن حجر عسقلانی رحمۃ اللہ تعالیٰ نے لکھا ہے کہ ہاتھ چاٹنے کے بعد یوزاں کرنے کے لئے دھونا مندوب و بہتر، چنانچہ ابوداؤد شریف میں یہ حدیث ہے کہ کسی نے کھانے وغیرہ کی چٹناہٹ وغیرہ کو دھو کر صاف نہ کیا اور کوئی تکلیف پہنچ گئی (مثلاً کسی جانور نے کاٹ لیا) تو اپنے سوا کسی پر ملامت نہ کرے۔ (ابن ماجہ جلد ۲، ۳۳۹، مشکوٰۃ، صفحہ ۳۶۶)

# ہفتہ وار درس سے اقتباس درسِ ہدایت داتاؤں کا داتا

## زندگی ہے موجِ کرد

محترم دوستو! مومن اور کافر کی صبح و شام میں فرق ہے۔ دن اور رات میں فرق ہے۔ جیسے مومن کی صبح گزر رہی ہے ویسے کافر کی صبح گزر رہی ہے۔ جیسے مومن کی شام گزر رہی ہے۔ ویسے ہی کافر کی شام گزر رہی ہے۔ جو مومن سوچ کے سوتا ہے وہی کافر سوچ کے سوتا ہے۔ جو مومن سوچ کے اٹھتا ہے وہی کافر سوچ کے اٹھتا ہے۔ جیسے مومن جیسے دیکھتا ہے۔ کافر بھی ویسے ہی دیکھتا ہے۔ فرق اس کی وجہ ہے کافر کے سامنے آخرت نہیں ہے مومن کے سامنے آخرت ہے کافر کو یقین ہے زندگی ہے موجِ کرد مر جاؤ مٹی ہو جاؤ گے نہ لینا نہ دینا نہ سوال نہ جواب نہ حساب نہ کتاب جبکہ مومن کو یقین ہے دینا بھی ہے اور لینا بھی ہے۔ حساب و کتاب حقیقت ہے آخرت ایسی حقیقت جو تلخ ہے یا شیریں حقیقت ہے ایسی حقیقت ہے کہ جس حقیقت کو ہم بھلا نہیں سکتے۔

## قبر میں ایک سوال ہوگا

آخرت وہ حقیقت ہے کہ جس کی وجہ سے مومن ہمیشہ ایمان کے ساتھ جیتا ہے اور ایمان کے ساتھ مرتا ہے اور ایمان کے ساتھ رہتا ہے۔ اور ایمان کی فکر کے ساتھ رہتا ہے۔ ایمان کے غم کے ساتھ رہتا ہے۔ ساری مصیبتیں اگر آجائیں اور سارے غم آجائیں اور ایمان سلامت ہے تو کوئی غم نہیں..... ساری خوشیاں آجائیں اور ساری راحتیں مل جائیں۔ اور ایمان سلامت نہیں ہے تو کوئی خوشی، خوشی نہیں..... کوئی مزہ، مزہ نہیں..... تیرے بغیر زندگی موت ہے زندگی نہیں۔ حقیقت میں یہی زندگی ہے کہ جس زندگی کے ساتھ ایمان ہے مومن کے دل میں ایمان قبر میں ایمان جانچا جائے گا۔ موت کے وقت جانچا جائے گا۔ آخرت میں جانچا جائے گا۔ آپ حیران ہوں گے قبر میں نماز کا سوال نہیں ہوگا روزے کا سوال نہیں ہوگا حج کا سوال نہیں ہوگا۔ زکوٰۃ کا، فرائض کا۔ واجبات کا، سنتوں کا، مستحبات کا سوال نہیں ہوگا قبر میں ایک سوال ہوگا۔ کہ تیرا

ایمان کتنا تھا تیرے رب کے اوپر اور یہ بتا تیرا رب کون ہے، اور یہ ایک لفظ..... رب ہے ناں رب کا بول یہ ساری زندگی کے محور اور زندگی کا پنجوڑ ہے اتنا اہم لفظ ہے کہ اللہ جل شانہ نے پوری نماز کے اندر بار بار اس کو نماز کے ہر حصے میں الحمد للہ رب العلمین، پہلی بات یہی ہے اور ثناء ہر رکعت میں نہیں ہے فاتحہ ہر رکعت میں ہے۔ اور ساری فاتحہ اللہ کی ربوبیت ہے۔ رب کے ہونے کے یقین کو اور اللہ کی طاقت کو اور اللہ کی قوت کو ساری فاتحہ بیان کر رہی ہے۔ الحمد للہ

## تیرے باپ کا رب نمرود ہے

رب العلمین، سبحان ربی العظیم رکوع میں گیا۔ رب وہاں یاد دہانی ہے کہ دیکھ خیال کرنا اس رب کو نہ بھولنا بہت سارے رب ملیں گے رب کہتے اسے ہیں جہاں سے ضرورتیں پوری ہوتی ہوں۔ بچہ کہتا ہے اماں میرا رب کون ہے کہتے تھے تیرا رب تیری ماں ہے تیری ماں کا رب کون ہے کہتے تیری ماں کا تیرا باپ ہے۔ میری اماں میرے باپ کا رب کون ہے۔ تیرے باپ کا رب نمرود ہے۔ اماں نمرود کا رب کون ہے۔ کہنے لگی بیٹی یہ سوال نہیں کیا کرتے۔ یہ اس دور کی بات کر رہا ہوں۔ رب جب پہلی مشکل آئے یاد رکھنا میں رب کی ایسی تعریف کر رہا ہوں جو آپ کے دل میں اتر جائے۔ جب کوئی مشکل آئے، جب کوئی پریشانی آئے، جب کوئی غم آئے، جب کوئی کڑھن آئے، جب کوئی درد آئے، جب کوئی سوز آئے، جب کوئی الجھن آئے اور جس جگہ اور جس کے اوپر پہلی نظر جائے وہی رب ہے ماں پہ پہلی نظر جائے داکے پہ پہلی نظر جائے، دوست پہ پہلی نظر جائے، اسباب پہ پہلی نظر جائے، چیزوں پہ پہلی نظر جائے مخلوق کی کسی حیثیت پہ مخلوق کے کسی حصے پہ مخلوق کے کسی انداز پہ، جو پہلی نظر جائے وہی اس کا رب ہے۔ بچے نے پوچھا اماں میرا رب، تیری ماں، بچے پہ جب مشکل آئے ماں کو پکارتا ہے جبکہ بچے کو مشکل آئے تو وہ سب

## میرے نام کی ایک حیثیت ہے

سارے اسی کے بندے وہ داتاؤں کا داتا۔ ”لاملجا ولا منجنا من اللہ الا الیہ“ عجیب چیز ہے۔ اور جب وہ بندے میں جاتا ہے پھر وہ اللہ کا نام پھر رب کی تکرار ”ربنا اتنا فی الدنیا حسنہ وفي الآخرة حسنہ“ یہ اللہ جل شانہ نے یہ سارے کے سارے جو معاملات ہمارے سامنے بیان کئے ہیں یہ اسلئے بیان کئے ہیں کہ نماز کی ہر رکعت کے اندر اللہ پاک نے اپنے نام کے تکرار کو بیان کیا ہے میرے نام کی ایک حیثیت ہے اور میرے نام کے ساتھ تیرا معاملہ اور رشتہ ہے تو میرے نام کے بغیر رہ نہیں سکتا اگر بھاگے گا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 8 پر)

## روحانی محفل:

ہر منگل کو بعد نماز مغرب ”مرکز روحانیت وامن“ میں حکیم صاحب کا درس، مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔



زندہ  
دیکھو جو میں نے  
دیکھا، سنا اور سوچا

## کیا رزق قدر مانگتا ہے؟

یقیناً آپ نے کوئی واقعہ سنا یا دیکھا ہوگا،  
وہ کہ جس کی وجہ سے آپ کی زندگی میں  
بڑا تبدیلی آیا ہوگا۔

میرے قریبی جاننے والے حافظ صاحب نے چشم دید واقعہ  
سنا جس خاتون کے متعلق واقعہ ہے وہ ابھی تک زندہ ہے حالات  
کے دن رات سے گزر رہی ہے: اس خاتون کا خاندان گرجا جی دور  
میں زرگر شہر میں چند ایک ہوتے تھے اس زرگری آمدنی بہت زیادہ  
تھی زرگری والدہ اپنی قریبی رشتہ دار بھائی کی بیٹی اپنے بیٹے کے  
لیے بیاہ کر لے آئی۔ کچھ وقت خوشی کا گزرا پھر بھونے بوری ساس  
کو تانا شروع کر دیا اور اس عبرت انگیز کہانی کا سلسلہ اسی دن سے  
شروع ہوا جو آج تک زمانے کے لیے عبرت بن چکی ہے۔ ستانا کیا  
تھا ایک چھوٹی سی مثال عرض کرتا ہوں ایک دفعہ زرگر آئے آیا اور  
غلطی سے بیوی کو دینے کی بجائے اپنی ماں کو دے دیے بس پھر کیا  
تھا گھر میں ایک طوفان کھڑا ہو گیا اور وہ آم بیوی نے پھینک دیے  
کئی دن تک گھر کا سن ختم رہا۔ صرف اس وجہ سے کہ یہ پہلے مجھے  
دیتا اور میرا دل چاہتا تو میں ساس کو دیتی ورنہ نہیں یہ ایک نہیں ایسی  
روزانہ کئی کہانیاں گھر میں بنتی تھیں اور ساس خاموشی سے زندگی کے  
دن پورے کرتی رہی۔ ایک دن ساس نے آنکھیں بند کر لیں اور  
اب اکیلا راج زرگری کی بیوی کا تھا زرگری اولاد بڑی ہونے لگی اور  
بیوی کے ناز و نخر سے بڑھتے چلے گئے دودھ کی بالائی اور چھلے باداموں  
کو نوکریاں پیس کر بیگم صاحبہ کے جسم کی مالش کرتیں دھوپ آگ  
تپش اور گرمی سے جسم کو بچایا جاتا تھا چار پائی سے سر لٹکا کر سر کے  
بالوں کو دودھ سے دھویا جاتا اور پھر دودھ نالی میں بہا دیا جاتا گھر میں  
آٹے کی بوری پس کر آتی مزدور جب گھر سے گندم کی بوری لے کر  
جاتا تو تقریباً ۵۰ کلو جتنا آٹا پہلی بوری میں بچا ہوا ہوتا بیگم صاحبہ  
کا حکم ہوتا تھا کہ اس کو باہر کوڑے کے ڈھیر پر گرادینا نیچے سے مٹی  
اس کے اندر چلی گئی ہوگی۔ روٹیوں کے ڈھیر، پھلوں کی پیتیاں،

## امروہ کا استعمال، لاتعداد فوائد حاصل کریں

بینائی کی تیزی • خارش • ذیابیطس • اسہال میں مفید

(پروفیسر باروسیم)

ہوتا ہے۔ امروہ کے ۱۰۰۰ ملی لیٹر رس سے ۷۰ سے ۷۵ ملی گرام  
حیاتین "ج" کے علاوہ حیاتین "الف" (وٹامن اے)، حیاتین  
"ب" (وٹامن بی) اور گلوکوسائڈ اور خامرے (انزائم) بھی ہوتے  
ہیں۔ امروہ میں کیروٹینز بھی خوب ہوتے ہیں جو خاص طور پر آنکھ  
کے امراض کے لیے بہت مفید ہوتے ہیں کیوں کہ ان میں آنکھ  
کے ان خلیات کو توانائی بخشنے کی صلاحیت ہوتی ہے۔ جو کہ بینائی یا  
دیکھنے کے لیے ضروری ہوتے ہیں۔ اتنی مقدار میں کیروٹینز کسی اور  
غذا میں نہیں ملتے۔ اپنی خصوصیات اور فائدوں کے اعتبار سے  
امروہ کی چھال اور پتے بھی بہت مفید ہوتے ہیں۔ بعض ایشیائی  
ملکوں میں امروہ کے رس میں اس کے پتوں کا رس شامل کر کے اس  
کے استعمال کو ذیابیطس کے مرض کے لیے مفید سمجھا جاتا ہے۔  
امروہ کا جو شانہ: ایک دو مٹھی تازہ پتے کتر کر پانی میں پانچ  
منٹ ابال کر ٹھنڈا کر کے اس سے جلد دھونا بخلی، پھوڑے، بھنسی  
دھیر، خارش، کیلوی، چنبل (سورائی سس) کے زخم اور خارش کے  
لیے مفید ثابت ہوتا ہے۔

امروہ کے پتوں کی چائے: جب درخت پک رہے ہوں تو  
درخت سے پتے توڑ کر ۴۵ ڈگری درجہ حرارت پر سائے میں خشک  
کر کے انھیں چورا کر لیں اور چائے بنالیں۔ اس چائے کا استعمال  
بھی ذیابیطس کے لیے مفید ثابت ہوتا ہے۔ اس سے بلڈ پریشر  
بھی کم ہو سکتا ہے۔

اسہال کے لیے: اسی طرح سرد کر کے اس چائے کا استعمال  
اسہال کی تکالیف کے لیے مفید ہوتا ہے۔

دانت کے درد کے لیے: دانت کے درد کے لیے امروہ کے تازہ  
پتے چبانے سے درد دور ہو جاتا ہے۔ فلے پنیر میں پتوں کو پیس کر  
نچوڑنے کے بعد درد کی جگہ پر پے ہوئے پتوں کی ٹکیا رکھی جاتی ہے  
امروہ خوب کھائے: اس موسم میں لاہور میں تازہ ملنے والے  
پھلوں میں امروہ بھی سرفہرست ہوتا ہے۔ ہضم کے نظام کو نئی  
توانائی بخشنے کے لیے امروہ اور پیسے کی چاٹ کا استعمال بے حد  
مفید ہوتا ہے اس سے آنتوں کا فعل چست رہتا ہے۔ بھوک کھل  
کر لگتی ہے اور معدے اور جگر کو نئی توانائی ملتی ہے۔ اس کے علاوہ

جاڑوں کا اہم میوہ کیا ہے؟ کھجور اور امروہ! کھجور کھائی  
ضرور جاتی ہے، لیکن کم جب کہ امروہ ٹون کے حساب سے  
فروخت ہوتا ہے۔ اس کے بغیر پھلوں کی چاٹ مکمل نہیں سمجھی  
جاتی۔ امروہ خوش ذائقہ بھی ہوتا ہے اور خوشبودار بھی۔ اس کا  
شمار یقیناً ان چند پھلوں میں ہوتا ہے جن کی خوشبو فروخت بخش  
ہوتی ہے۔ آپ نے کبھی غور کیا، کچھ پھل مزے دار ضرور ہوتے  
ہیں، لیکن ان میں خوشبو نہیں ہوتی۔ ایسے پھل خوشبو کے بغیر  
ادھورے لگتے ہیں۔ امروہ کو سندھی میں زیتون کہتے ہیں، اب  
یہ بے شک ہمارا پھل ہے، لیکن اس کا اصل وطن جنوبی امریکہ  
ہے۔ اس کا تعلق جنوبی قبیلے سے ہے اور وہ اس کو "گو آجاوا"  
کہتے ہیں۔ یورپ سے یہاں لانے والے پرتگیزی اسے دنیا  
کے دوسرے ملکوں میں لے گئے اور اب یہ بے شمار ملکوں میں  
مختلف ناموں سے جانا جاتا ہے۔ اس کے چند نام یہ ہیں: جام،  
جام پھل، جام رخ، جام اور پیرا بھی۔ اس کی کوئی ڈیڑھ سو  
قسمیں ہیں خود پاکستان میں کم از کم دو نمایاں قسمیں بہت عام  
ہیں: بلیر اور لاڑکانہ کا امروہ۔ لاڑکانہ کا امروہ صورت و شکل میں  
ملیر والے سے مختلف ہے، جب کہ ملیر کا امروہ دیکھنے میں  
ہندوستان کے شہر الہ آباد کے امروہ سے بہت مشابہ ہوتا ہے۔  
الہ آباد کے امروہ اپنی مٹھاس کے لیے بہت مشہور ہے ہیں۔  
جنوبی ہند میں اورنگ آباد کے امروہ نہ صرف مٹھے بلکہ بہت  
وزنی بھی ہوتے ہیں۔ نصف سے تقریباً ایک کلو تک کے امروہ  
دیکھے جاتے ہیں۔ اس کی ایک قسم بغیر بیج کی بھی ہوتی ہے۔  
ہمارے ہاں لاڑکانہ والی قسم میں بھی نسبتاً کم بیج ہوتے ہیں۔ ۱۰۰  
گرام امروہ میں ۶ فیصد پانی، ایک سے پانچ فیصد پروٹین، صفر  
سے ۲ فیصد چکنائی، ۵ سے ۱۴ فیصد نشاستہ، صفر اعشاریہ ۴ فیصد  
فاسفورس، ایک ملی گرام فولاد اور ۳۰۰ سے ۱۰۰۰ ملی گرام حیاتین  
(وٹامن سی) ہوتا ہے۔ گویا حیاتین "ج" کے لحاظ سے صرف آملہ  
ہی اس کے مقابلے میں آتا ہے۔ کچے امروہ میں حیاتین "ج"  
خوب ہوتا ہے۔ جب کہ اس کی چھال میں بھی یہ حیاتین خوب

# آلو شکل دل کش نہ کشش، مگر سیرت اچھی

انتخاب عبدالحمید نظامی

اٹھانا ہے تو انھیں بہت زیادہ نہ چھیلیں بس معمولی سا چھلکا اتار دیں۔ آلو کو اگر چھیل کر دیتک پڑا رہنے دیا جائے یا پانی میں رکھا جائے تو اس کا مخصوص مزہ ختم ہو جاتا ہے۔ اس لیے آلو کو دیر تک پانی میں یا گیلے کپڑے یا برتن وغیرہ میں نہیں رکھنا چاہیے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

## کلوچی کے کرشمات

کلوچی موت کے سوا ہر مرض میں شفا ہے۔ (الحمد بے) اس کتاب کا تعارف ضروری نہیں کیونکہ کلوچی خود ایک تعارف ہے۔ کتاب کا مختصر تعارف یہ ہے کلوچی مختصر جٹلہ ایسی بیماریوں سے چھوکارے کا ذریعہ جہاں بڑی بڑی ادویات استعمال کر کے لوگ تھک گئے ہیں ☆ لا علاج مرگی کلوچی کا ایک مختصر جٹلہ ☆ قارئین جہاں ہر شخص اپنے سنے کے راز چھپاتا ہو اور کوئی لفظ دوسرے کو بتانے کو تیار نہ ہوا ایسے دور میں یہ کتاب جس کا ورق درق رازوں کا صندوق ہو تو اگر پھر بھی قدر دانی نہ کریں تو پھر اپنا ہی قصور ہے مثلاً شوگر کا ایک نسخہ تو چھو لے بیچنے والے سے ملا اور لاگت چند روپے اور رزلٹ نہایت حیرت انگیز کیا آپ وہ نسخہ آزما کر صحت چاہتے ہیں؟ ☆ دل کے لا علاج مریض آپریشن نہ کرائیں صرف پان کے پتے اور کلوچی سے فوری اور شافی علاج کر سکتے ہیں ☆ ہالوں کا گرنا گھٹا اور خشکی ایک بالکل مستانہ نسخہ جو آپ کے دکھوں کا مرہم بن سکتا ہے ☆ قارئین دس عنوانات آپ کو کلوچی کے کمالات کا قائل کر کے رہیں گے۔ جس میں آپ کا خرچہ چند روپے اور رزلٹ لاکھوں کی ادویات کو پیچھے چھوڑ جائے اور وہ دس عنوانات جو اس وقت معاشرے کو لپیٹ کر مر رہے ہیں جس پر خرچ کر کے گھر خالی ہو گئے ہیں پھر مزے کی بات یہ ہے کہ ان کو مسلسل تجربات کے بعد لکھا گیا ہے۔ حتیٰ کہ جس نے آزمایا دعائیں دیں گے کیا آپ ان دس عنوانات کو کتاب میں تفصیل سے پڑھیں اپنی لا علاج بیماریوں کا خاتمہ چاہتے ہیں تو پھر توجہ کریں (۱) کرک پرائیڈ (۲) پرانا اور دانی نزلہ الرجی اور کلوچی (۳) جوڑوں کا دانی اور پریشان کن درد اور کلوچی (۴) یواسیر اور کلوچی (۵) گردے کی پتھری اور کلوچی (۶) ہیپاٹائٹس کا کامیاب علاج اور کلوچی (۷) دماغی کمزوری نظر کی کمزوری یا داشت کی کمی اور کلوچی کی فوری رزلٹ (۸) قش گیس تیزابیت جلن، بھوک کی کمی یا سنے کی خرابی اور کلوچی کا فوری اثر (۹) موٹاپے کا ایسا فوری اثر نسخہ جو آپ کو حیران کر دے (۱۰) ہنسی کمزوری کو دور کرنے کا ایک راز ☆ عورتوں مردوں اور جوانوں کے پوشیدہ راز اس کتاب میں آپ پڑھیں خوشی کی بات یہ ہے کہ ہر فارمولہ آزمودہ اور آپ خود گھر میں سے داموں آسانی سے تیار کر سکیں اس کے علاوہ اور اتنا کچھ اس کتاب میں ہے کہ آپ سوچ نہیں سکتے۔

آلو اپنی ہیئت کے لحاظ سے بہت بے چارہ سا دکھائی دیتا ہے غریب کی صورت شکل میں دل کش ہے نہ کشش، مگر اس کے باوجود سیرت بہت اچھی ہے کئی گنوں کا مالک ہے یہ ہے تو ایک مگر اس کے بہرہ پر اتنے زیادہ ہیں کہ گنتے چلے جائے اور ختم نہ ہوں اگر آپ غور کریں تو تقریباً ہر دوسرے روز آپ کو آلوؤں سے واسطہ پڑتا ہے۔ کہیں یہ بھرتے کے روپ میں ہیں تو کہیں رانیٹ کی صورت میں کبھی سالن میں اور کبھی چاٹ پلیٹ میں آپ کے سامنے آتے ہیں۔ کبھی کرارے چپس بن کر مزہ دیتے ہیں اور سوسے کی تویہ جان ہیں۔ گوشت کے نانے والے دنوں میں صرف آلو ہی کے کباب قیے کے کبابوں کی نعم البدل بنتے ہیں۔ بطور خوراک آلو کی اہمیت کسی سے پوشیدہ نہیں۔ آلو میں صرف نشاستہ ہی نہیں بلکہ نمکیات اور حیاتین بھی موجود ہوتے ہیں جو جسم کی مناسب نشوونما میں مدد دیتے ہیں۔ بعض لوگ آلو سے پرہیز کرتے ہیں۔ کیوں کہ ان کے خیال میں اس کے استعمال سے جسم فربہ کی طرف مائل ہوتا ہے۔ یہ خیال کہ آلو مٹا پائیدار کرتا ہے بالکل غلط ہے۔ آلو اتنا مٹا پائیدار کرنے والی سبزی نہیں جتنے کہ دوسرے کھانے کا آلو دوسرے کھانوں میں انفرادی قدر و قیمت کا ضرور حامل ہے۔ سائنس دانوں نے لیبارٹری میں اس پر جو تجربات کیے ہیں اس کے مطابق ایک پونڈ کپے ہوئے آلو مندرجہ ذیل غذاؤں کا نعم البدل ہیں جو آلو کے مقابلے میں کہیں زیادہ گراں خرچ ہوتی ہیں یعنی:

- ☆ ایک پاؤنڈ مرغی کے گوشت کے برابر
- ☆ چھ اونس ابلے ہوئے گوشت کے برابر
- ☆ چار پاؤنڈ گوشت کی بخنی کے برابر
- ☆ ڈیڑھ پاؤنڈ خالص دودھ کے برابر
- ☆ آٹھ انڈوں کے برابر ☆ پانچ پاؤنڈ مٹاثریوں کے برابر

عام طور پر آلو گول یا لمبے ہوتے ہیں۔ رنگت کے لحاظ سے ان کی مشہور دو قسمیں ہیں، سفید اور گہرا سرخ آلو کے چھلکے کے بالکل نیچے حیاتین ج اور دوسرے قیمتی حرارے (کیلوریز) پائے جاتے ہیں اس لیے اگر آپ کو آلو کے صحت بخش اجزاء سے فائدہ

کپڑے، جوتے، برتن غرض گھر کی ہر چیز فضول ضائع ہوتی۔ کچھ تھوڑا سا استعمال ہو باقی ضائع ہوا۔ دن رات اسی طرح رزق کی بے قدری اور استعمال کی چیزوں کو ضائع کرنے میں گزرتے گئے صبح کے بعد شام اور شام کے بعد صبح ہوتی گئی۔ قدرت کے فیصلے اٹل ہوتے ہیں جیسی کرنی ویسی بھرنی نہ مانے تو کر کے دیکھ۔ زرگر کی بیوی نے بڑی چاہت سے اپنے بیٹے کی شادی کی اور اپنی بھتیجی لائی لاکھوں روپے خرچ ہوئے کئی ماہ تک خوشیاں اور شادمانیاں رہیں آہستہ آہستہ بیٹے کے تیر بد لے لگے اور بھوکا لہجہ بدلنے لگا۔ قدرت کا انتقام اب شروع ہوا۔ اب وہی بھوکا بیگم صاحبہ کی جوانی کے روپ میں آگئی اب بیگم صاحبہ ساس یعنی زرگر کی بیوی اور بھو بیگم صاحبہ بن گئی۔

ظلم کی ایک نئی کہانی لکھی جانے لگی پھر کیا ہوا آج تک کی صورت حال بتاتا ہوں کہ بیگم صاحبہ کی حالت کیا عبرت کے لیے کچھ واقعات سناتا ہوں زیادہ اس لیے نہیں کہ میرا قلم ساتھ نہیں دیتا جی بھڑ آتا ہے۔ سارا دن بوڑھی بیگم صاحبہ کام کرتی ہے اپنے پوتوں کو صبح ناشتہ کرانا، ان کو سکول کے لیے تیار کرنا، شام تک تھک کر چور ہو جاتی ہر تھوڑی دیر کے بعد گھر کی نوکرائیوں سے بدتر اس کے ساتھ سلوک ہوتا ہے۔ تھوڑی تھوڑی دیر کے بعد باہر گلی کے کونے پر دو اس کو سوا سلف لانے کے لیے بھیجا جاتا ہے سخت گرمی میں جب گلیاں سنسان ہوتی ہے وہ بوڑھی گلیوں کے چکر کا رہی ہوتی ہے سخت سردی میں اس کے کمرے میں کوئی گرمی کا انتظام نہیں ایک دور گھر کے کونے میں پرانا چھوٹا سا کمرہ ایک چھوٹی سی چارپائی جس پر سوتے ہوئے بوڑھی کی ٹانگیں نیچے گتی ہیں اور اس لیے سیدی نہیں لیٹ سکتی اکٹھی ہو کر سوتی ہے مزید حافظ صاحب نے بتایا کہ ایک بار گلی کے دکا ندر سے اصرار کر رہی تھی کہ ایک روپے کے رس پاپے زیادہ دے بھوک لگی ہوئی ہے کہ آج کام کر کر کے بخار ہو گیا ہے اٹھا نہیں گیا اس کی وجہ سے گھر کا کام نہ کر سکی تو بھونے کھانا نہیں دیا بھوک ہوئی ایک مرض نے مارا دوسرا بھوک نے مارا۔ قارئین! یہ عبرت ناک داستان کچھ لمبی ہو گئی ہے بس مزید لکھنا نہیں چاہتا کیوں یہ لفظ عبرت پر حرف حسرت اور ہر لائن حیرت ہے۔

**تنبیہ:** ماہنامہ ”عبقری“ فرقہ واریت اور ہر قسم کے تعصب سے پاک ہے فرقہ وارانہ اور متعصب موضوعات کی تحریریں ہرگز نہ بھیجیں۔



## خواتین کی اسلامی زندگی کے سائنسی حقائق

ام عبدالرحمن

اسلام میں سادگی کی تعلیم: حضور ﷺ کا ارشاد مبارک ہے:

”اخشو الله ان الترف يزيل النعم“ (کنز العمال)

”مونا چھوٹا پہنو، آسائش تو نعمتوں کو زائل کر دیتی ہے۔“ یہ آپؐ کی تعلیم اور تربیت تھی کہ جو لوگ خود آسائش طلب نہ ہوں گے ان کے بچے بھی ناز و نعمت میں پلے ہوئے نہ ہوں گے۔ جب بچوں کو ناز و نعمت سے پالو گے تو وہ آرام طلب ہو جائیں گے۔ اور اللہ کی نعمتوں کا شکر ادا کرنے کی انہیں توفیق حاصل نہ ہو سکے گی۔ اس کے برعکس اگر سادگی سے پرورش کرو گے تو وہ محنتی اور جفاکش ہوں گے۔ وہ اپنے سادہ مزاج اور سادہ روش کی بنا پر معاشرے کو بہت کچھ دے سکیں گے اور ان کے صالح عمل سے معاشرے میں انقلاب برپا ہوگا۔

سادگی زندگی اور جدید سائنسی تحقیقات:- نوبل انعام یافتہ روسی ادیب سولزے نیتس اپنی تحقیق کی روشنی میں کہتے ہیں کہ: ”میں نے اپنے اندر کا بچہ ابھی مرے نہیں دیا یہ اندر کا بچہ جب مر جائے گا تو میری زندگی بانجھ اور بے رنگ ہو کر رہ جائے گی۔ میرے اندر کا بچہ مجھے ہمیشہ زندہ اور توانا رکھتا ہے، یہی بچہ چمکتا رہتا ہے مجھے رنگ رنگ مصروفیات میں مگن رکھتا ہے۔ واقعی میں اسی کی بدولت اس بڑھاپے میں بھی توانا اور خوش رہتا ہوں، یہ بچہ مجھے سچائیوں اور سادگیوں میں جو رکھتا ہے۔ اسی کے دم قدم سے میں سادگیوں ہی میں سے نہایت معصوم خوشیاں اکٹھی کرتا رہتا ہوں۔“

ریڈیو کپلنگ کہتے ہیں کہ: ”ساری خوشیاں سادگی میں مضمر ہیں۔“ زلزلے سے محفوظ سادہ مکان:- 1991ء کے آغاز میں ملک کے شمالی علاقوں میں شدید زلزلے کے نتیجے میں ہزاروں مکان مسمار اور بیسیوں افراد ہلاک ہو گئے۔ زلزلہ زدہ علاقے کے سروے کے مطابق اس میں زیادہ تر وہ لوگ ہلاک ہوئے جن کے مکانات پتھر سے بنائے گئے تھے، زلزلے کے جھٹکوں سے پتھر کی دیواریں بکھر گئیں اور یہی پتھر جان لیوا ثابت ہوئے۔ سندھ کے دیہی علاقوں میں بھی دیگر صوبوں کی طرح مکانات زیادہ تو مٹی ہی کے بنائے جاتے ہیں۔ لیکن یہاں کے ماہر کاری گرمٹی کے گارے میں بھوسی کا چورا اور گوبر ملا کر اسے نیکرو وغیرہ کی لکڑیوں کے جال یا ڈھانچے پر چڑھاتے ہیں۔ یہ مکان زلزلوں سے متاثر نہیں ہوتے، دیواروں کے اندر لگی لکڑیاں جھٹکوں کے علاوہ گرمی اور سردی جذب کر لیتی ہیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38)

## فزیتھر اپسٹ اور یوگا کے ماہرین کے انکشافات

### فزیتھر اپی میں اعلیٰ ڈگری

ایک پاکستانی ڈاکٹر (ماجد زمان عثمانی) یورپ میں فزیتھر اپی میں اعلیٰ ڈگری کیلئے گئے جب وہاں ان کو بالکل نمازی طرح کی ورزش پڑھائی اور سمجھائی گئی تو یہ اس ورزش کو دیکھ کر حیران رہ گئے کہ ہم نے تو آج تک نماز کو ایک دینی فریضہ سمجھا اور پڑھ لیا لیکن یہاں تو عجیب و غریب انکشافات ہیں کہ ورزش کے ذریعے تو بڑے بڑے امراض ختم ہو جاتے ہیں۔ ڈاکٹر صاحب نے اس کولٹ دی کہ جو بیماریاں اس ورزش سے درست ہو سکتی ہیں۔

- 1- دماغی امراض (MENTAL DISEASES)
- 2- اعصابی امراض (NERVEDISEASES)
- 3- نفسیاتی امراض (PSYCHICS DISEASES)
- 4- بے سکوئی - ڈپریشن اور بے چینی کے امراض (RESTLESSNESS, DEPRESSION AND ANXIETY)
- 5- دل کے امراض (HEART DISEASES)
- 6- جوڑوں کے امراض (ARTHRITIS)
- 7- یورک ایسڈ سے پیدا ہونے والے امراض (DISEASES DUE TO URIC ACID)
- 8- معدے اور اسر کی شکایات (STOMACH ULCER)
- 9- شوگر اور اس کے بعد اثرات (SUGAR AND ITS AFTER EFFECTS)
- 10- آنکھوں اور گلے کے امراض (EYE AND E.N.T DISEASES)

### خاص تجربہ

بندہ کا تعلق چونکہ ریسرچ سے ہے اس لئے ایک خاص نگاہ سے ہر ایک چیز کو دیکھتا ہے۔ یہ بات تجربے میں آئی ہے کہ اگر آپ سارا دن کاروباری مصروفیات میں ڈوبے رہیں اور نماز ظہر میں جلدی پہنچ کر سنتیں پڑھیں اور جماعت کی نماز میں شریک ہو کر نماز مکمل ادا کریں تو اپنے جسم کی سابقہ اور موجودہ کیفیت کا اندازہ لگالیں۔ بندہ ایک دفعہ کسی کام کے

سلسلے میں کراچی گیا مارکیٹ میں کام کے سلسلے میں گھومتا رہا حتیٰ کہ جسم اور دماغ تھک گیا دوست نے کہا کہ قریب مسجد ہے نماز پڑھ لیں جب میں نے نماز پڑھی تو اپنے آپ کو پھر سے تروتازہ پایا اور وہ احساس آج عرصہ گزرنے کے باوجود بھی محسوس کرتا ہوں۔

### پروفیسر ڈاکٹر برہم جوزف کا تجربہ

مشہور امریکی ڈاکٹر کے ایک انٹرویو میں نماز اور اسلام کے متعلق اس کی زندگی کے تجربات شائع ہوئے۔ اس کا تجربہ ہے کہ نماز ایک مکمل اور متوازن ورزش ہے جس میں کی بیشی کا سوال ہی پیدا نہیں ہوتا شاید اس ورزش کو ترتیب دینے والے نے موجودہ مشینی اور نفسیاتی دور کو بھانپ کر اس کو ترتیب دیا تھا۔ اس میں ہاتھوں کا اٹھانا پھر باندھنا اور نگاہ کو ہمانا پھر ہاتھ چھوڑنا اور جھکنا اور پھر سر کو جھکا کر دل و دماغ کی طرف جلدی اور زیادہ خون مہیا کرنے کا موقع دینا اور وقفے وقفے سے دوڑنا تو بیٹھنا یہ سب کچھ ایک جامع ورزشی طریقہ ہے۔

### نماز اور یوگا

یوگی ماہرین نے نماز کو سانس کی مشق کا بالکل آسان طریقہ قرار دیا ہے اس میں وہ تین مقام خاص طور پر بیان کرتے ہیں ایک قیام اور اس میں سجدہ کی جگہ نگاہ کا ارتکاز دوسرا رکوع اس میں پاؤں کی جگہ نگاہ کا ارتکاز اور سجدہ میں سانس کی مشق اور سانس کا ارتکاز۔

### قارئین!

آپ نے کوئی ٹونک یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزما یا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزما یا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی بھل، سبزی، مہوسے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں کسی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لینگے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوق خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریریں بڑے ایدائی سہل بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

# تم نے آمین نہیں کہی

فضائل  
ہی  
فضائل

## توبہ کے کمالات

کتاب میں کیا ہے؟ مشورہ ہے وقت ٹہلی سے نکال کر پڑھیں کیونکہ آپ سے یہ توقع ہے کہ اس کو پسند کریں گے اور دوسروں تک پھیلائیں گے۔ انسان نسیان سے خالی نہیں اور نسیان کے معنی ہیں بھول جانا ☆ یہ دراصل دنیا کی لذتوں اور عیش عشرت میں اللہ تعالیٰ کو اور اللہ تعالیٰ کے احکامات کو بھول کر ایک ایسی زندگی گزارنا ہے جس زندگی میں ایمان ☆ تقویٰ ☆ طہارت اور اللہ تعالیٰ کا تعلق بالکل ختم ہو جاتا ہے اور پھر ایسا شخص نفس کی پیروی کی طرف مائل ہو کر زندگی کو ایک ایسے راستے کی طرف گامزن کرتا ہے ☆ جو بظاہر روشن ☆ چمکدار اور پرکشش ہوتا ہے لیکن انجام کے اعتبار سے نہایت بدترین اور خوفناک ہوتا ہے۔ آخر کرب؟ یا تو اس دنیا سے دل بھر جاتا ہے یا پھر ایسا وقت آتا ہے کہ جس میں انسان اللہ تعالیٰ کی طرف لوٹ آتا ہے۔ اس کتاب کی پیش کش کا بس مقصود یہی ہے کہ بندہ اللہ تعالیٰ کی طرف لوٹ آئے اور رب کو اپنا حقیقی مالک مان لے اور سابقہ زندگی سے تائب ہو کر نئی زندگی گزارنے لگ جائے۔ ”توبہ کے کمالات“ دراصل لوٹ کر آنے والوں کیلئے نشان منزل کا درس اور ایک سبق ہے۔ آئیے! ہم اس زندگی کی طرف پلٹ آئیں جس زندگی سے ہمیں ایمان اور ایمان سے جین و سکون اور راحت نصیب ہو۔ یہ راحت صرف اور صرف توبہ میں ہے اور توبہ کا کمال ہی راحت اور سکون ہے۔ توبہ کیا ہے؟ ایک بابرکت فیصلہ۔۔۔ جہالت زدہ زندگی سے منہ موڑ کر ہدایت یافتہ زندگی سے واپسی اور عدل و انصاف ☆ تقویٰ اور نیکی کی شاہراہ پر چلنے کا فیصلہ۔۔۔ تاریخ کے سینے میں ایسے لاکھوں واقعات محفوظ ہیں جن میں افراد کی زندگیوں میں انقلاب آئے ☆ ان کیلئے گمراہی کے راستے بند ہونے اور رشد و ہدایت کے چراغوں کے روشن ہونے کی تقیلات موجود ہیں۔ توبہ کے یہ واقعات بجائے خود ہدایت کی روشنی عام کر رہے ہیں۔ اس کتاب میں کیا ہے؟ چند جھلکیاں ☆ توبہ کے سچے واقعات: احساس توبہ کا ایک واقعہ ☆ توبہ کا عبرتناک واقعہ ☆ عیش پرستی سے توبہ کا واقعہ ☆ اللہ کی نافرمانی سے توبہ ☆ توبہ کا ایک دلچسپ واقعہ ☆ شوہر کی نافرمانی پر احساس توبہ ☆ اللہ کے حضور مغفرت مانگنے کا واقعہ ☆ عرش کا سایہ توبہ میں ہے ☆ حضرت سید احمد رفاہی کا ایک واقعہ ☆ ہارون الرشید کے زمانہ میں توبہ کا ایک واقعہ ☆ ہارون الرشید کے زمانہ میں توبہ کا دوسرا واقعہ ☆ قصہ ایک شہزادے کی توبہ کا ☆ حضرت مالک بن دینار سے ایک نوجوان کی التماس توبہ کا باعث عبرت واقعہ ☆ ذکر و استغفار کی بڑا کام قصہ ☆ تین ڈاکوؤں کا واقعہ ☆ نیک بندوں کے بارے میں بدگمانی پر توبہ ☆ بار توبہ کا ایک واقعہ ☆ بنی اسرائیل کے ایک شخص کی توبہ کا واقعہ ☆ بچے کے بچپن کا نصیحت آموز واقعہ ☆ بادشاہی چھوڑ دینے کی مثال ☆ ابو سلیمان دارانی کی توبہ کا واقعہ ☆ توبہ کا مطلب ☆ حضرت علی کا قول ☆ توبہ دراصل گناہ چھوڑنے کا وعدہ ہے ☆ اقسام توبہ: دل کی توبہ ☆ زبان کی توبہ ☆ آنکھ کی توبہ ☆ کان کی توبہ ☆ ہاتھ کی توبہ ☆ پاؤں کی توبہ ☆ نفس کی توبہ ☆ گچی توبہ: سچی توبہ کا مطلب ☆ ندامت کی تفصیل ☆ ندامت کی وجوہات ☆ ندامت ☆ قرب الہی اور رحمتوں کی ضامن ہے ☆ مصائب کا سبب ہمارے گناہ ہیں ☆ گچی توبہ کی شرائط: قرار گناہ ☆ گناہوں سے باز آنا ☆ گناہ نہ کرنے کا ارادہ ☆ گناہوں کا تدارک اور بہت کچھ جو آپ چاہتے ہیں

### آمین کہنے کا ثواب

سابقہ گناہ معاف: حضرت ابو ہریرہؓ سے مروی ہے کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ترجمہ: جب امام غیہر المغضوب علیہم ولا الضالین کہے تو تم ”آمین“ کہو پس جس کی آمین فرشتوں کی آمین کے موافق ہوگی (عاجزی، طلب اور آواز میں) تو اس کے سابقہ (صغیرہ) گناہ معاف ہو جائیں گے۔

حضرت ابو ہریرہؓ سے مروی ہے کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ترجمہ: ”جب امام غیر المغضوب علیہم ولا الضالین کہے اور اس کے پیچھے نماز پڑھنے والے آمین کہیں تو اس آمین کو آسمان اور زمین والے (فرشتے) اٹھا لیتے ہیں (اور) اللہ تعالیٰ اس کے گزشتہ گناہ معاف کر دیتے ہیں۔“ فرمایا اور اس شخص کی مثال جو آمین نہیں کہتا اس آدمی کی طرح ہے جس نے ایک قوم کے ساتھ مل کر جنگ کی پھر انہوں نے قریعہ اندازی کی تو ان سب کے قریعے نکل آئے مگر اس شخص کا نہ نکلا اور اس نے کہا میرے قریعہ کو کیا ہوا وہ کیوں نہیں نکلتا تو کسی نے کہا اس لئے کہ تم نے آمین نہیں کہی۔ (ابو یعلیٰ موصلی)

### جماعت کی پہلی صف میں نماز پڑھنے کا ثواب

فائدہ: مقتدی اور امام اور اکیلے نماز پڑھنے والوں کو سب کو آمین آہستہ کہنی چاہئے جیسا کہ بہت سی صحیح احادیث سے ثابت ہے۔ حضرت نعمان بن بشیرؓ فرماتے ہیں کہ میں جناب رسول اللہ ﷺ سے سنا آپؐ نے ارشاد فرمایا: اللہ تعالیٰ اور اس کے فرشتے پہلی صفوں پر رحمت فرماتے ہیں۔

### شکوہ نہ کریں

توبہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ نہیں بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفافہ نہ بھیجیں اس پر اپنا پتہ ضرور لکھیں۔

### اللہ تعالیٰ کی ذمہ داری:

سمرہ بن جندبؓ: جناب نبی کریم ﷺ کا ارشاد فرماتے ہیں: ترجمہ: ”جس شخص نے صبح کی نماز باجماعت ادا کی وہ اللہ تعالیٰ کی ذمہ داری میں آجاتا ہے۔“

صبح کی نماز جماعت سے پڑھنا تمام رات کے نوافل سے افضل ہے: حضرت عمرؓ نے صبح کی نماز میں حضرت سلیمان بن ابوشیمہؓ کو نہ پایا پھر آپ صبح سویرے بازار چلے گئے سلیمانؓ کا گھر بھی مسجد بازار کے درمیان میں پڑتا تھا تو حضرت عمرؓ سلیمانؓ کی والدہ شفاؓ کے پاس سے گزرے اور ان سے پوچھا میں نے سلیمانؓ کو صبح کی نماز میں نہیں دیکھا؟ تو انہوں نے عرض کیا ساری رات نماز پڑھتا رہا اس کی آنکھوں میں نیند آگئی تھی۔ تو حضرت عمرؓ نے فرمایا ”اگر میں صبح کی نماز باجماعت میں شامل ہو جاؤں تو یہ میرے نزدیک محبوب ہے اس سے کہ میں ساری رات عبادت میں گزاروں۔“ کوئی جماعت کی نیت سے جائے مگر جماعت جا چکی ہو: حضرت ابو ہریرہؓ جناب رسول اللہ ﷺ کا ارشاد نقل فرماتے ہیں: ترجمہ: جو شخص وضو کرتا ہے اور وضو بھی اچھی طرح سے کرتا ہے پھر مسجد کی طرف جاتا ہے لیکن لوگوں کو دیکھتا ہے کہ وہ نماز پڑھ چکے ہیں تو اللہ تعالیٰ اس کو ان جیسا اُجڑ دیں گے جن لوگوں نے اس نماز کو ادا کیا اور جماعت میں شامل ہوئے اور ان کے اجر و ثواب میں کچھ کمی نہیں کی جائے گی۔

### امام کی امامت کا ثواب

حضرت عبداللہ بن عمرؓ سے مروی ہے جناب رسول اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ترجمہ ”تین قسم کے لوگ قیامت کے دن کستوری کے ٹیلوں پر ہوں گے۔ (۱) وہ غلام (اور نوکر) جس نے اللہ تعالیٰ کا حق بھی ادا کیا اور مالکوں کا حق بھی ادا کیا (۲) وہ آدمی جس نے کسی قوم کی امامت کی اور وہ اس سے راضی رہے (۳) وہ شخص جو پانچوں نمازوں کے لیے روزانہ رات دن اذان دے۔“

ظالموں کو معاف کرنا مظلوموں پر ظلم ہے۔

عبرتی

ماہنامہ ”عبرتی“ لاہور اپریل۔ 2007

7

خود بخود دلائے



# مدینہ کا سید، میرا بخار اور قہوے کے کرشمے

از مدیر

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی نئی بنیں اور ضرور لکھیں

## مولانا طارق جمیل

کی ذاتی زندگی کے خفیہ راز

ایک ایسے عظیم انسان کی سچی اور حقیقی کہانی جس سے لاکھوں کو فیض پہنچا اور ایسی لازوال ہستی کے حالات جاننے کے لیے ہر شخص بے چین اور بے قرار ہے ☆ آخر کونسا راز ہے جس نے اس عظیم شخص کو عالمی شہرت عطا کی ☆ کیا آپ اس خفیہ کوڈ کو جاننے کی کوشش کریں گے جس کی مدد سے ایک زمیندار کا بیٹا عظیم تر ہو گیا ☆ صدی کے اس عظیم شخص کی آنکھوں دیکھی سچی زندگی جس کی آہوں نے لاکھوں کو بغاوت سے دلا بیت کے راستے دکھادیے۔ ☆ سندھ کے وزیر اعلیٰ کی تربیت کا حیرت انگیز واقعہ جسے پڑھ کر آپ عیش عیش کرائیں گے وہ کونسا واقعہ ہے جب مولانا نے کہا کہ یہ پتھر میری خوراک بن جائے اور میں کھاؤں یہ واقعہ پڑھنا نہ بھولیں ☆ مولانا کا آپریشن ہوا اور دیدار کے مشتاق لاکھوں بے چین تھے پھر دیدار کیسے ہوا یہ واقعہ پڑھنا نہ بھولیں ☆ مجھے وہ رات یاد ہے جب مولانا کی مرحوم والدہ کی صبح مجھے راہنمائی ملی اس عظیم ماں کے کلمات اور پھر اس واقعہ کا نقشہ یقیناً آپ کو کتاب میں پڑھ کر بھلا لگے گا۔ ☆ مولانا طارق جمیل کے بارے میں خواب میں حضور ﷺ نے فرمایا جو طارق جمیل کہتا ہے جان جاؤ اس واقعے کی تفصیل کیا ہے؟ ☆ ایک شیعہ عالم کے گھر کے سامنے گزرتے ہوئے ایک خیر خواہ کی جذبہ اور اس وقت جو الفاظ فرمائے وہ ضرور پڑھیں۔ ☆ ایک صاحب نے اپنے والد کو ستر ہزار دفعہ کلمہ دیا پھر خواب دیکھا تو حیرت انگیز طور پر یہ خواب تفصیلی پڑھیں اور سنی راہنمائی لیں 35 لاکھ کی گھڑی اور 5 ہزار کی جوتی کس نے پہنی یہ واقعہ کیا ہے؟ ☆ ایک اسرائیلی فوجی سے فلسطین کے بارڈر پر مکالمہ جو آپ کے چودہ طبق روشن کر کے امید کی نئی کرن دے ☆ وسعت پانے اور ترقی لانے کا آزمودہ نسخہ بھی پڑھیے ☆ ایک گھر سے اونچی آواز سے موسیقی چل رہی تھی پھر مولانا نے کیا کیا؟ ☆ مولانا نے فرمایا کڑی میں منصوبہ بندی کے ڈاکٹر کہنے لگے کہ ایسا کرنے سے جسم موتا اور چہرے پر بال یہ سب اس کتاب میں پڑھنا نہ بھولیں ☆ مولانا 27 اکتوبر 1971 میں چار ماہ کے لیے گئے۔ فردری 1972 میں ختم ہوئے، پہلی تشکیل جرہ شاہ قیام میں ہوئی ☆ فرمایا جب میں پڑھتا تھا تو مجھے کتنی کتابیں زبانی یاد آئیں اور کیا تھا کتاب میں غور سے پڑھیں ☆ مولانا کی ایک ایسی عادت جو آپ کو ولایت کے معیار تک پہنچا دے پڑھیے۔ ☆ ایک SSP پولیس کی ذاتی آپ بیتی ☆ مولانا کے والد کے تیل کی غیرت کا انوکھا واقعہ۔ تنگدستی دور کرنے کا خود مولانا کا آزمودہ نسخہ ☆ میں چوتھی جماعت میں پڑھتا تھا بہت میرے گلے میں تھا پھر کیا یہ پڑھنے کے لائق ہے؟ ☆ مولانا کا سلسلہ چشمہ سے بیعت نسبت اور بڑے بزرگوں کی خلافت ☆ مولانا کے چچا کا وصال کے بعد کشف کے ذریعے عجیب و غریب حال بنانا پڑھنا نہ بھولیں قارئین! یہ تقریباً 24 صفحات کے نکات عرض کئے ہیں۔ جبکہ یہ دو کتابیں حکیم صاحب کے شاہکار قلم سے چنی گئی ہیں۔ آپ سوچیں اگر آپ یہ کتابیں پڑھیں تو ورق ورق آپ کو چونکا دے گا آئیں دیر کیسی اس عظیم شخصیت کی زندگی کی اندرونی کہانی سر بستہ راز اور ذاتی زندگی پڑھیں۔ ان دونوں کتابوں کے صفحات 560 بنتے ہیں۔

حیرت انگیز فائدہ ہے پرانے دل کے مریض کو لیسٹرول چربی کے لیے جس نے بھی آزمایا گریہ ہو گیا۔ عورتوں اور مردوں کے مونا پے کے لیے تو بھروسے کی دوا ہے اگر اس کو مستقل استعمال کیا جائے تو مونا پے کے لیے جہاں بڑی قیمتی ادویات کام کرتی ہیں وہاں یہ مختصر ٹونکا بہت کام کرتا ہے۔

☆ معدے کی گیس تخیر اچھا رہا جلن اور بوجھ کے لیے بہترین ہے۔

☆ پیٹ کے بڑھنے اور توند نکلنے کے لیے تو ضرور استعمال کریں۔

☆ تاثیر کے لیے یہ عرض کرتا چلوں کہ گرم اور حدت نہیں رکھتا بلکہ ہر مزاج کے لیے مفید ہے۔

☆ پٹھوں کی طاقت اور قوت کے لیے نہایت لا جواب ہے۔

☆ دل کے بند و الواد و شریانوں کے لیے بھی بہترین ہے قہوہ کا نسخہ: ادراک تازہ کدو کوش کر لیں۔ اگر ادراک ۵۰ گرام ہو تو اکسیں پانی ۲ کلوڈ لیں۔ اور انہیں دھبی آج پرتقریباً ۲۰ منٹ ابالیں پھر اتار کر دو بڑے چمچ شہد ملا کر قہر موس میں محفوظ رکھیں ۱/۲ اکپ یا اس سے کم چسکی چسکی پیس دن میں ۲ سے ۴ بار استعمال کریں۔ حسب طبیعت اکسیں دودھ بھی ملا سکتے ہیں۔

### (بقیہ درس ہدایت)

تو کہاں بھاگے گا، کہیں نہیں جاسکتا۔ مفہوم ہے قرآن پاک کا کہاں جائے گا کہیں نہیں جاسکتا لوٹ کے سارے جہاں کے دروں سے پھر پھر کے دھکے کھا کے..... آخر کار میرے دروازے پہ تو نہ آتا ہے جب آتا میرے دروازے پہ ہے پھر جانا اور کہاں..... پھر نہیں ٹھہر جا اور اگر نہیں کھل رہا تو کوئی تیری کوتاہی ہوگی، کوئی تیری کمی ہوگی یا تیرے لئے اس میں کوئی خیر ہوگی۔ لیکن یہ یاد رکھ دو واہ یہی ہے اور کوئی دروازہ نہیں ابھی نماز عصر کے بعد ایک صاحب مجھ سے کہنے لگے ملنے کیلئے آئے۔ کہنے لگے جی میں نماز پڑھنا چھوڑ دیتا ہوں۔ (جاری ہے)

اسی سال حج کی حاضری پر آٹھ دن مدینہ منورہ قیام رہا وہاں اچانک طبیعت میں توڑ پھوڑ بے چینی اور کمزوری پیدا ہو گئی محسوس ہوا کہ بخار ہو رہا ہے اور واقعی میں بستر سے لگ گیا۔ غودگی اور بے حسی تک کیفیت پہنچ گئی کچھ ادویات بھی استعمال کیں میرے بزرگ ساتھی حاجی محمد افضل صاحب بہت فکر مند تھے۔ اسی دوران بندہ کے غلصہ ساتھی شیخ عماد اپنے ایک اردو بولنے والے دوست کے ہمراہ بندہ سے ملاقات کرنے تشریف لائے جب صورت حال کا پتہ چلا تو فوراً واپس ہوئے اور قہر موس میں ایک قہوہ لائے عربی میں اصرار کیا جکا اسکے ساتھی نے ترجمہ کیا کہ چسکی چسکی اس کو پیئیں۔

بندہ کو پتا تھا کہ سعودی یعنی مدینہ منورہ کا سید ہے آل رسول ﷺ سے اسکا تعلق ہے اسکا چل کے آنا اور پھر نہایت شفقت اور خلوص سے قہوہ لانا میرے لیے بہت اہم تھا۔ بندہ نے وہ قہوہ پیا اور لیٹ گیا نیند آگئی جاگا تو طبیعت میں بہتری اور تندرستی محسوس کی اس کے ذائقے کو سامنے رکھتے ہوئے اکسیں کچھ دودھ ملا کر مسلسل پیتا رہا واقعی اسی دن طبیعت بالکل تندرست ہو گئی اور بھلا چنگا ہو گیا۔ دوسرے دن سید عمار تشریف لائے مجھے تندرست دیکھ کر بہت خوش ہوئے اور مزید پینے کی تاکید کی۔ میری دیکھا دیکھی کمرے میں دوسرے احباب نے بھی استعمال کرنا شروع کر دیا۔ سید عمار دوسرا بڑا قہر موس بھروا کر لائے اس قہوے کو مزید لوگوں نے استعمال کیا تو اس کے جو فائدے سامنے آئے وہ مندرجہ ذیل ہیں۔

☆ دائمی قبض کے لیے اگر دودھ میں ملا کر استعمال کرایا جائے تو نہایت مفید ہے۔

☆ دائمی نزلہ زکام فلو پرانے بخار اور نئے بخار کے لیے

# ڈاکو قتل کرنے کا کامیرے ذمہ کریں

جملہ مصائب سے نجات اور مقاصد کے حصول کے لئے ایک مجرب نسخہ:

حدیث شریف میں ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے حضرت عوف بن مالکؓ کو مصیبت سے نجات اور حصول مقصد کے لیے تلقین فرمائی کہ کثرت کے ساتھ یہ پڑھا کریں۔

”لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ“

ترجمہ: گناہوں سے بچنے اور نیکی پر لگنے کی طاقت صرف اسی عظیم بلند و برتر ذات کی طرف سے ہے۔

حضرت مجدد الف ثانیؒ نے فرمایا کہ دینی اور دنیاوی ہر قسم کے مصائب اور مضرتوں سے بچنے اور منافع و مقاصد کو حاصل کرنے کے لیے اس کلمہ کی کثرت بہت مجرب عمل ہے اور اس کثرت کی مقدار حضرت مجددؒ نے یہ بتلائی ہے کہ روزانہ پانچ سو مرتبہ یہ کلمہ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ پڑھا کرے اور سو سو مرتبہ درود شریف اس کے اول و آخر میں پڑھا کر اپنے مقاصد کے لیے دعا کیا کرے۔

(تفسیر مظہری) (معارف القرآن جلد ۸ ص ۳۸۸)

جو تھے آسمان کے فرشتے کو مدد کے لیے حرکت میں لانے والی دعا:

حضرت انس بن مالکؓ فرماتے ہیں کہ حضور ﷺ کے ایک صحابی کی کنیت ابوعلق تھی اور وہ تاجر تھے اپنے اور دوسروں کے مال سے تجارت کیا کرتے تھے۔ وہ بہت عبادت گزار اور پرہیز گار تھے۔ ایک مرتبہ وہ سفر میں گئے انہیں راستہ میں ایک ہتھیاروں سے مسلح ڈاکو ملا اُس نے کہا اپنا سارا سامان یہاں رکھ دو میں تمہیں قتل کر دوں گا..... اس صحابی نے کہا تم نے مال لینا ہے وہ لے لو، ڈاکو نے کہا نہیں میں تو تمہارا خون بہانا چاہتا ہوں۔ اُس صحابی نے کہا مجھے ذرا

مہلت دو میں نماز پڑھ لوں اُس نے کہا جتنی پڑھنی ہے پڑھ لو چنانچہ انہوں نے وضو کر کے نماز پڑھی اور یہ دعائیں مرتبہ مانگی تو اچانک ایک گھوڑا سوار نمودار ہوا جس کے ہاتھ میں ایک نیزہ تھا جسے اٹھا کر اُس نے اپنے گھوڑے کے کانوں کے درمیان بلند کیا ہوا تھا اُس نے اس ڈاکو کو نیزہ مار کر قتل کر دیا پھر وہ اُس تاجر کی طرف متوجہ ہوا تاجر نے پوچھا تم کون ہو؟ اللہ نے تمہارے ذریعہ سے میری مدد فرمائی ہے۔ اُس نے کہا میں چوتھے آسمان کا فرشتہ ہوں جب آپؐ نے (پہلی مرتبہ) دعا کی تو میں نے آسمان کے دروازوں کی کھڑکھڑاٹ سنی جب آپؐ نے دوبارہ دعا کی تو میں نے آسمان والوں کی چیخ و پکار سنی پھر آپؐ نے تیسری مرتبہ دعا کی تو کسی نے کہا یہ ایک مصیبت زدہ کی دعا ہے میں نے اللہ تعالیٰ کی بارگاہ میں عرض کیا کہ اُس ڈاکو کو قتل کرنے کا کام میرے ذمہ کریں پھر اُس فرشتے نے کہا آپؐ کو خوشخبری ہو کہ جو آدمی بھی وضو کر کے چار رکعت نماز پڑھے اور پھر یہ دعا مانگے اُس کی دعا ضرور قبول ہوگی، چاہے وہ مصیبت زدہ ہو یا نہ ہو۔

(حیاء الصحابہ جلد ۳ ص ۱۷۵)

يَا وَدُّ ذِيَا الْعَرْشِ الْمَجِيدِ يَا فَعَا لَا  
لِمَا يُرِيدُ أَسْأَلُكَ بِعِزَّتِكَ الَّتِي لَا تَرَامُ  
وَمُلْكِكَ الْإِلَهِيِّ لَا يَصَامُ وَبُنُورِكَ الزَّيْ  
مَلَأَ رُكَّانَ عَرْشِكَ أَنْ تَكْفِيَنِي شَرَّ  
اللَّيْلِ يَا مُغِيثُ أَغْنِنِي.

ترجمہ: اے محبت کرنے والے، اے بزرگی والے عرش کے مالک، اے ہر ارادے کے کرنے والے! میں آپ سے سوال کرتا ہوں آپ کی عزت کی قسم کے ساتھ جو آپ سے جدا نہیں ہوتی آپ کی بادشاہت کی قسم جو ازل نہیں ہوتی آپ کے نور کی قسم جو عرش کے ارکان کو بھر دے، اے اللہ آپ اس چور کے شر سے میری کفایت کیجئے۔ اے مدد کرنے والے میری مدد کیجئے۔

بکھرے موتی  
نکھرے لعل

انتخاب: ابولیب شاہ ولی

نظر بد کو دور کرنے کا وظیفہ:-

حضرت جبرائیل علیہ السلام نے نظر دور کرنے کا ایک خاص وظیفہ حضرت محمد ﷺ کو سکھایا اور فرمایا کہ حضرت حسنؓ اور حضرت حسینؓ پڑھ کر دم کیا کرو۔

ابن عساکر میں ہے کہ جبرائیل علیہ السلام حضور ﷺ کے پاس تشریف لائے۔ آپ ﷺ اس وقت غزہ تھے۔

سبب پوچھا تو فرمایا حسنؓ اور حسینؓ کو نظر لگ گئی ہے۔ فرمایا یہ سچائی کے قابل چیز ہے نظر واقعی لگتی ہے۔ آپؐ نے یہ کلمات پڑھ کر انہیں پناہ میں کیوں نہ دیا؟ حضور ﷺ نے پوچھا وہ

کلمات کیا ہیں؟ فرمایا: یوں کہو اَللّٰهُمَّ ذَا السُّلْطَانِ

الْعَظِيمِ وَالْمَنْ الْقَدِيمِ ذَا الْوَجْهِ الْكَرِيمِ

وَلِيَّ الْكَلِمَاتِ الثَّامَاتِ وَلِلْعَوَاتِ

الْمُسْتَجَابَاتِ عَافِ الْحَسَنَ وَالْحُسَيْنَ

مِنْ أَنْفُسِ الْجَنِّ وَاعْيُنِ الْإِنْسِ.

حضور ﷺ نے یہ دعا پڑھی۔ وہیں دونوں بچے اٹھ

کھڑے ہوئے اور آپ ﷺ کے سامنے کھیلنے کو نہ گئے،

حضور ﷺ نے فرمایا: لوگو! اپنی جانوں کو، اپنی بیویوں کو اور اپنی

اولاد کو اسی پناہ کے ساتھ پناہ دیا کرو، اس جیسی اور کوئی پناہ کی

دعا نہیں۔ (تفسیر ابن کثیر جلد ۵ صفحہ ۴۱۶)

خدا کے راستے میں قرآن پاک پڑھنے کی ایک خاص فضیلت:

مسند احمد میں ہے جس نے اللہ کی راہ میں ایک ہزار آیتیں پڑھیں

وہ انشاء اللہ تعالیٰ قیامت کے دن نبیوں، صدیقیوں، شہیدوں،

اور صالحوں کے ساتھ لکھا جائیگا (تفسیر ابن کثیر جلد ۵ صفحہ ۵۹۷)



## قبر کا بچھو

دوسری جنگ عظیم کے دنوں کی ایک دہشت ناک سچی کہانی: کئی سال پہلے کی بات ہے، یہ سچا واقعہ میرے ایک رفیق کارتنے مجھے سنایا تھا: چچا احمد خان جس ادارے سے وابستہ تھے وہاں دوسرے عالمی جنگ کی ہندوستانی فوج کے ریٹائرڈ میجر طفیل بھی ملازم تھے جو بائیس ہاتھ سے ٹنڈے تھے۔ بڑے

دیندار، پابند صوم و صلوة، پرہیز گار، فرض شناس، خاموش طبع اور کم آواز۔ اپنے کام سے کام رکھتے دوسرے ملازموں سے بہت کم بات چیت کرتے۔ ہر وقت کسی گہری سوچ میں ڈوبے رہتے کسی سے کچھ لے کر کھاتے پیتے بھی نہ تھے۔ ہر

وقت کچھ زیر لب پڑھتے رہتے۔ بعض دفعہ اچانک بڑبڑا اٹھتے: ”میں گنہگار تو بخشنہار“۔ سننے والے چونک اٹھتے ان کا یہ دور باش رویہ دوسرے ملازموں کے لئے خاص حیران کن تھا، البتہ چچا جان نے ان کی کچھ ہم مذاقی تھی۔ ان سے گاہے گاہے مختصر سی بات چیت ہو جاتی۔ انہیں میجر طفیل میں کچھ دلچسپی تھی، لیکن میجر کے کٹے ہوئے ہاتھ کے بارے میں پوچھتے نہیں بھی ہچکچاہٹ محسوس ہوتی تھی۔ تاہم ایک دن میجر صاحب کو قدرے خوشگوار موڈ میں پا کر چچا جان نے جرات کر کے ان سے پوچھ ہی لیا:

”میجر صاحب! اگر ناگوار خاطر نہ ہو تو کیا میں پوچھ سکتا ہوں کہ آپ کا بایاں ہاتھ کیسے کٹا اور آپ ٹنڈے کس طرح ہوئے؟ کسی فوجی کارروائی میں کوئی شدید ضرب لگی یا عام زندگی ہی میں کوئی حادثہ پیش آ گیا، اور پھر آپ اتنے گم صم کیوں رہتے ہیں جیسے آپ اندر سے دکھی ہوں؟“ ”احمد خاں جی! اس کے پیچھے ایک طویل اور دہشت انگیز داستان ہے۔ آپ سن کر کیا کریں گے؟“ میجر طفیل نے قدرے تشنجی کیفیت سے کہا اور اس کا رنگ زرد ہو گیا۔ ”میجر صاحب! مجھے ایسا لگتا ہے کہ آپ کا ہاتھ کٹنے کے پس پردہ کوئی ذہنی و نفسی طور پر اذیت ناک واقعہ ہے۔ کیا حرج ہے اگر آپ یہ گزرا ہوا واقعہ مجھے سنا دیں۔ میرے لئے بھی اس میں کوئی سبق ہو۔“ چچا جان نے

کہا۔ میجر طفیل نے کچھ تامل کے بعد کہنا شروع کیا: ”میں نے اپنا ہاتھ کٹنے بلکہ خود کاٹنے کا واقعہ ان تک کسی کو نہیں سنایا، آج آپ کو سناتا ہوں۔ شاید واقعی اس میں آپ کے لئے کوئی فوکر کرنے کا نکتہ اور عبرت کا سامان ہو۔“ ”جیسا کہ آپ کو معلوم ہو گا ۳۹ء میں دوسری عالمی جنگ کا آغاز ہوا۔ جرمنی اور اٹلی ایک طرف تھے، برطانیہ اور فرانس دوسری طرف۔ بعد میں روس اور امریکہ بھی برطانیہ اور فرانس کے



اتحادی بن گئے۔ امریکہ کے مقابلے میں جاپان نے محوری طاقتوں، یعنی جرمنی اور اٹلی کا ساتھ دینے کا فیصلہ کر لیا اور بحر الکاہل پر واقع امریکہ کی مشہور بندرگاہ اور جنگی اڈے پر حملے کا ارادہ کر لیا۔ اٹلی نے جرمنی کے ساتھ مل کر امریکہ کے ہمسایہ مشرقی ایشیائی ممالک فلپائن، انڈونیشیا، ملائیا، ہانگ کانگ، تھائی لینڈ، کمبوڈیا، سنگاپور اور برما وغیرہ پر، جن پر یورپی طاقتوں کا قبضہ تھا حملہ کر کے قبضہ کر لیا۔ انگریزی، فرانسیسی اور ولندیزی فوجوں کی بری طرح پٹائی کی۔ کلکتہ اور آسام پر بھی بمباری کی جس سے وہاں بھگدڑ مچ گئی۔ دولت مندوں نے کلکتہ اور آسام کے بڑے شہروں سے اندرون ہند کے محفوظ علاقوں کی طرف بھاگنا شروع کر دیا۔ سنگاپور اور برما میں انگریزی فوج نے ہتھیار ڈال دیئے۔ انگریز جرنیل نے ہتھیار ڈالنے وقت اپنے فوجیوں سے کہہ دیا کہ جو فرار ہو کر جانیں بچا سکتے ہیں، انہیں ایسا کرنے کی اجازت ہے وہ اپنی فوج کے آسام میں واقع تیس کمپ میں رپورٹ کریں یا جدھر اور جہاں ممکن ہو جاپانیوں سے بچ کر نکل جائیں اور اپنے فوجی دستوں سے رابطہ قائم کرنے کی کوشش کریں۔ فوجیوں کے علاوہ سنگاپور اور برما میں جو غیر فوجی ہندوستانی کاروبار وغیرہ کے سلسلے میں مقیم تھے، وہ بھی بے سروسامانی کی حالت میں جانیں بچا کر بھاگے۔ برما اور آسام کے جنگلوں کا سفر بڑا کٹھن،

اذیت ناک اور جان لیوا تھا۔ کچھ بچ نکلنے میں کامیاب ہوئے اور بہت سے مارے گئے۔ انگریز فوجوں نے ایسی عام اور بڑے پیمانے پر بے پناہ شکست کسی دوسرے ایشیائی ملک میں اس سے پہلے کبھی نہ کھائی تھی۔

”اس افراتفری اور عام ہڑ بولنگ کے دوران میری رجسٹر کا ایک سکھ میجر نہال سنگھ اور میں اندھیری رات میں گھوڑوں پر سوار ہو کر نکلے اور برما کے محاذ سے سرپٹ بھاگے۔

برما گھنے، گنجان، تاریک اور خطرناک جنگلوں کا ملک ہے جن میں سے گزرنا بڑا دشوار گزار تھا۔ جنگلی درندوں کے اچانک حملے کا ہر وقت دھڑکا اور راستے نامعلوم، بلکہ ناپید بہر حال ہم نے اندازے سے ہندوستانی

صوبہ آسام کا رخ کیا جہاں جاپانی بمباری کے باوجود ہنوز انگریزی تسلط برقرار تھا۔ گھنے جنگلوں میں ہم گریلوں سے راستہ کاٹتے چھانٹتے چلے جا رہے تھے۔ دنوں کی گنتی نہ راتوں کا شمار یا درہا کھانے پینے کا سامان ختم ہوتا جا رہا تھا۔ جنگلی پھلوں اور ندی نالوں کے پانی پر گزارہ ہونے لگا۔ بعض دفعہ درندوں اور خطرناک سانپوں سے بھی واسطہ پڑا مگر ان سے بچ کر آگے نکل جاتے رہے۔ ”ایک دن اچانک سامنے کھلی جگہ پر ایک قبرستان دکھائی دیا، پچیس تیس قبریں ہوں گی۔ ارد گرد کوئی آبادی نہ تھی۔ کبھی ہوگی لیکن اب یا تو تکین مرکب چکے تھے یا جنگ کے خطرات سونگھ کر کہیں دور محفوظ مقامات پر جا چکے تھے شکست، ویران اور زمین بوس جھوپڑیوں میں ہوکا عالم تھا ہم نے وہاں کھانے کی چیزیں تلاش کرنے کی عبت کوشش کی (باقی آئندہ شمارے میں)

## ملاحظہ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کمپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، حتیٰ المقدور کوشش کے باوجود بھی کہیں کی بیشی ہو سکتی ہے، آپ کے مشکور ہونگے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق عطاے۔

# بچوں کی شخصیت کیسے بگڑتی ہے؟

چھوٹے بچوں کی شخصیت پر رکاوٹ اور محرومی  
کے اعمال کیا اثر ڈالتے ہیں  
مرسلہ پروفیسر عبدالحی علوی

## بچے کو بھوک ستاتی ہے

ولادت کے موقع پر بچے کے چلانے کی تعبیر میں کئی باتیں کہی جاسکتی ہیں ممکن ہے اس چیخ و پکار کی وجہ یہ احساس ہو کہ اب وہ اس دنیا میں قدم رکھ رہا ہے جس میں اسکی ضرورتیں مزاحمت اور رکاوٹ کے بغیر پوری نہیں ہوتیں بچے میں اس طرح کا احساس موجود ہوتا ہے یا نہیں یہ ایک الگ سوال ہے لیکن اس حقیقت سے انکار ممکن نہیں کہ بچے کیلئے زندگی بسر کرنے کا راستہ بہت کٹھن ہے۔ اس کی کوئی خواہش خود بخود پوری نہیں ہوتی۔ اسے اپنا راستہ خود ہموار کرنا پڑتا ہے۔ اگر وہ اپنے زور بازو سے کام نہ لے تو طرح طرح کی رکاوٹیں اس کی زندگی تلخ کر دیں۔ بھوک ہی کی مثال لیجئے۔ بچے کو بھوک ستا رہی ہے لیکن مقررہ پروگرام کے مطابق اسے دودھ سے عدا محروم کیا جا رہا ہے تاکہ وہ وقت پر کھانا کھانے کا عادی ہو سکے بچے کا جی تنگ پھرنے کو چاہتا ہے۔ لیکن اسے کپڑے پہننے پر مجبور کیا جاتا ہے صفائی کی عادت ڈالنے کیلئے طرح طرح کی رکاوٹوں سے کام لیتے ہیں جب وہ گھٹنوں چلنے کے قابل ہو جاتا ہے تو اس کی آزادانہ حرکات کے راستے میں ہوں ایسا نہ کرنا۔ اس کے راستے میں دیوار کھڑی کر دیتے ہیں۔ اسے ہر چیز کو منہ میں ڈالنے کا شوق ہے لیکن اسے اس کام سے روکا جاتا ہے۔ وہ ہر چیز کو توڑنے پھوڑنے کا خواہاں ہے لیکن رکاوٹیں ایسا نہیں کرنے دیتیں۔ الغرض پیدائش ہی سے رکاوٹ اور محرومی کا عمل شروع ہو جاتا ہے۔ بچے کو طفولیت سے موت تک اس کشمکش میں مبتلا رہنا پڑتا ہے۔ ان مسلسل مشکلات کے پیش نظر یہ بات ذرا بھی تعجب خیز نہیں کہ ذہنی امراض کی بعض انتہائی صورتوں میں مریض شکم مادر میں چین اور سکون کی زندگی بسر کرنے کے خواب دیکھتا ہے جہاں رکاوٹ وغیرہ کا کوئی سوال نہیں ہوتا۔ اس لئے مرد کو چاہئے کہ وہ اپنی ذاتی کوششوں سے ان تمام رکاوٹوں پر قابو پانا اور انہیں دور کرنا سکھے۔

اس سلسلے میں ایک غیر ملکی یونیورسٹی میں دلچسپ تجربہ کیا گیا

جس سے پتہ چلتا ہے کہ چھوٹے بچوں کی شخصیت پر رکاوٹ اور محرومی کے اعمال کیا اثر ڈالتے ہیں۔ اس دلچسپ تجربے کیلئے ایک کمرہ دو حصوں میں تقسیم کر دیا گیا۔ (الف) کمرے میں طرح طرح کے کھلونے مثلاً میز کرسی رینگہ گڑیا، پرچہ پالی، رنگ دار قلم کاغذ وغیرہ رکھ دیے گئے۔ اس کمرے میں کھیلنے کیلئے تین بچے جن کی عمریں تین اور چار سال کے قریب ہیں منتخب کئے گئے ہر بچہ باری باری تیس منٹ تک ان کھلونوں کے ساتھ آزادی سے کھیلتا۔ تجربہ کنندہ بڑی احتیاط سے تفصیل کے ساتھ ان کے کھیلنے کا انداز اور طرز عمل قلمبند کرتا جاتا تفصیل میں جانے کا مقصد یہ تھا کہ کھیل کی مناسبت سے دیکھا جائے کہ ان بچوں کی پختگی کس درجے میں ہے یعنی ان کی اجتماعی نشوونما کا کیا عالم ہے یعنی بچوں نے یہ کھلونے بے حد پسند کئے۔ ایک بچہ بھی ایسا نہ نکلا جس نے ان کی طرف توجہ نہ دی ہو۔

دوسرے روز کمرے کی ہیئت بدل ڈالی گئی۔ کمرہ (الف) اور کمرہ (ب) کے درمیان جوششے کی دیوار محال تھی اسے ہٹا دیا گیا اور (الف) کمرے والے کھلونوں کے ساتھ ساتھ کچھ اور کھلونے (ب) کمرے میں سجادیے گئے۔ اس کمرے کے کھلونے بڑے دلکش تھے۔ ایک صوفے پر گڑیا لٹھی ہوئی تھی۔ پاس ہی ایک کرسی پر بیچھا دیکھ رہا تھا۔ گڑیا کے کپڑے باہر سی پر خشک ہونے کے لئے لٹکے ہوئے تھے میز پر چائے کا سارا سامان تیار رکھا تھا۔ بجلی کی روشنی سے کمرہ جگمگ جگمگ کر رہا تھا کمرے کے باہر قریب ہی ایک چھوٹا سا ٹرک کھڑا تھا۔ ایک کونے میں چھوٹا سا تالاب تھا جس میں بچہ بچ پانی تھا۔ اس میں کشتیاں، مرغابیاں، اور مینڈک موجود تھے۔ غرض کھیلنے اور لطف اندوز ہونے کا پورا پورا سامان موجود تھا۔ اس سب سے بچے کمرے کو دیکھ کر کسی بچے کا دل نہ لچھایا۔ تجربہ کنندہ نے کچھ عرصہ کے بعد کھیلنے کا سامان کمرہ (الف) کا سامان اٹھا کر اپنی پہلی جگہ پر رکھ دیا اور بچوں کو پھر اسی پرانے کمرے میں لے آیا۔ اس کے بعد دونوں کمروں کے درمیان جو دیوار ہٹا دی گئی تھی اسے دوبارہ

## تر بیت اولاد اسلام اور جدید سائنس

ہاں باپ بچے کی موت کیلئے رور کر دے کر رہے تھے۔ آخر کیوں؟ بزرگ کی خدمت میں دعا کیلئے گئے اللہ تعالیٰ نے چاند بنایا لیکن سولہ سال بعد پھر اسی بزرگ کی خدمت میں حاضر ہوئے کہ اللہ تعالیٰ سے دعا کریں کہ بیٹا مر جائے اور ہمیں بے اولاد کی مبارک۔ قارئین! اگر یہ لوگ کتاب تربیت اولاد پڑھ لیتے تو یقیناً انہیں یہ وقت نہ دیکھنا پڑتا۔ کتاب میں کیا ہے اگر وقت ہوتا تو جہ فرما لیں۔ چند جملے اس کتاب کے بغیر ناممکن ہے آخر کیسے وہ خاص اصول اس کتاب کے پہلے پہلے اوراق کو کھول کر پڑھ سکتے ہیں بچوں کی عادات اور اخلاقی زندگی کی ابتداء کیسے کریں۔ عادتیں کس طرح بنی اور بگڑتی ہیں یہ سب کچھ اس کتاب میں پڑھیں بچہ کیا آپ اپنے بچے کی شخصیت کو پرکھنا چاہتے ہیں آپ ان اوراق پر صرف سرسری نظر ڈالنے سے چپکے ہوئے یہ عنوانات آپ کا استقبال کریں گے ہلکے عنوان ہے اپنے بچوں کا ذہن پڑھیے یہ عنوان نہیں بلکہ نامور ماہرین کے مستقل تجربات زندگیوں کے تجزیوں کے اندر شامل ہیں۔ کامیاب والدین یہ عنوانات ہرگز بڑھانا نہ بھولیں بچہ آپ یہ پانچ عنوانات فور سے پڑھیں پڑھتے ہی محسوس ہوگا کہ سب کچھ ہمارے بچوں کے ساتھ ہوتا ہے لیکن ہم ان کو درست طریقے سے سمجھ نہیں پاتے اس لیے تربیت اور اولاد کی ترقی میں کمی رہ جاتی ہے تو پھر توجہ سے یہ عنوانات پڑھیں انکی وضاحت کتاب میں پڑھیں (۱) کیا بچے کا وزن کم ہو رہا ہے (۲) کھلونوں سے بچوں کا علاج (۳) کیا آپ کا بچہ ڈرتا ہے (۴) کیا آپ کا بچہ ہلکا ہوتا ہے (۵) بچوں کی صحت مند نشوونما کے آسان اصول بچہ آپ یقیناً سمجھ گئے ہوں گے کہ یہ کتاب کتنی اہم ہے جو آپ کی زندگی سے اولاد کے بچوں کا غور کر دے اور آپ کی نسلوں کو ترقی کی شاہراہ پر گامزن کر دے اس کا سو فی صد حل اگر آپ چاہتے ہیں تو مزید پانچ عنوانات کچھ توجہ سے پڑھیں آپ چاہیں گے یہ کتاب ہم ہر شخص اور بچہ کو فائدہ دیں وہ پانچ عنوانات آپ کی توجہ چاہتے ہیں (۱) بچوں کے حادثات میں کیا کرنا چاہیے (۲) بچوں کے باکمال بنانے میں تازہ ترین نفسیاتی جائزہ (۳) بچے میں خود اعتمادی کیسے لائی جائے (۴) عجیب اور غیر معمولی (۵) مغرب کے معصوم بچے اور ترقی یافتہ اقوام کے غرب اور بن مال کے بچے۔

نہایت توجہ طلب: جوابی لفافے یا پستی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف خوشخط اور اردو میں لکھیں اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔

ماہنامہ عبقری سے رابطے کیلئے فون نمبر 042-7552384

## قبر کا بچھو

دوسری جنگ عظیم کے دنوں کی ایک دہشت ناک سچی کہانی:  
کئی سال پہلے کی بات ہے، یہ سچا واقعہ میرے ایک رفیق  
کار نے مجھے سنایا تھا: چچا احمد خان جس ادارے سے وابستہ  
تھے وہاں دوسرے عالمی جنگ کی ہندوستانی فوج کے ریٹائرڈ  
میجر طفیل بھی ملازم تھے جو بائیں ہاتھ سے ٹنڈے تھے۔ بڑے  
دیندار، پابند صوم و صلوة، پرہیز  
گار، فرض شناس، خاموش طبع  
اور کم آواز۔ اپنے کام سے کام  
رکتے دوسرے ملازموں سے  
بہت کم بات چیت کرتے۔ ہر  
وقت کسی گہری سوچ میں ڈوبے  
رہتے کسی سے کچھ لے کر  
کھاتے پیتے بھی نہ تھے۔ ہر

وقت کچھ زیر لب پڑھتے رہتے۔ بعض دفعہ اچانک بڑبڑا  
اٹتے: ”میں گنہگار، تو بخشنہاں۔“ سننے والے چونک اٹھتے ان کا  
یہ دور باش رویہ دوسرے ملازموں کے لئے خاصا حیران کن  
تھا، البتہ چچا جان نے ان کی کچھ ہم مذاقی تھی۔ ان سے گاہے  
گاہے مختصر سی بات چیت ہو جاتی۔ انہیں میجر طفیل میں کچھ  
دلچسپی تھی، لیکن میجر کے کٹے ہوئے ہاتھ کے بارے میں  
پوچھتے انہیں بھی ہچکچاہٹ محسوس ہوتی تھی۔ تاہم ایک دن میجر  
صاحب کو قدرے خوشگوار موڈ میں پا کر چچا جان نے جرات کر  
کے ان سے پوچھ لی:

”میجر صاحب! اگر ناگوار خاطر نہ ہو تو کیا میں پوچھ سکتا  
ہوں کہ آپ کا بایاں ہاتھ کیسے کٹا اور آپ ٹنڈے کس طرح  
ہوئے؟ کسی فوجی کاروائی میں کوئی شدید ضرب لگی یا عام زندگی  
ہی میں کوئی حادثہ پیش آگیا، اور پھر آپ اتنے گم صم کیوں  
رہتے ہیں جیسے آپ اندر سے دکھی ہوں؟“ ”احمد خاں جی!  
اس کے پیچھے ایک طویل اور دہشت انگیز داستان ہے۔ آپ  
سن کر کیا کریں گے؟“ میجر طفیل نے قدرے تشنجی کیفیت سے  
کہا اور اس کا رنگ زرد ہو گیا۔ ”میجر صاحب! مجھے ایسا لگتا ہے  
کہ آپ کا ہاتھ کٹنے کے پس پردہ کوئی ذہنی و نفسی طور پر اذیت  
ناک واقعہ ہے۔ کیا حرج ہے اگر آپ یہ گزرا ہوا واقعہ مجھے سنا  
دیں۔ میرے لئے بھی اس میں کوئی سبق ہو۔“ چچا جان نے

کہا۔ میجر طفیل نے کچھ تامل کے بعد کہنا شروع کیا:  
”میں نے اپنا ہاتھ کٹنے بلکہ خود کاٹنے کا واقعہ ان تک کسی کو نہیں  
سنایا، آج آپ کو سناتا ہوں۔ شاید واقعی اس میں آپ کے لئے  
کوئی غور کرنے کا نکتہ اور عبرت کا سامان ہو۔“ ”جیسا کہ  
آپ کو معلوم ہوگا ۳۹ء میں دوسری عالمی جنگ کا آغاز ہوا۔  
جرمنی اور اٹلی ایک طرف تھے، برطانیہ اور فرانس دوسری  
طرف۔ بعد میں روس اور امریکہ بھی برطانیہ اور فرانس کے



اتحادی بن گئے۔ امریکہ کے مقابلے میں جاپان نے محوری  
طاقتوں، یعنی جرمنی اور اٹلی کا ساتھ دینے کا فیصلہ کر لیا اور  
بحرالکالم پر واقع امریکہ کی مشہور بندرگاہ اور جنگی اڈے پرل  
ہاربر پر اچانک حملہ کر کے اسے تہس نہس کر دیا اور پھر اپنے  
ہمسایہ مشرقی ایشیائی ممالک فلپائن، انڈونیشیا، ملائیا، ہانگ  
کانگ، تھائی لینڈ، کمبوڈیا، سنگاپور اور برما وغیرہ پر، جن پر یورپی  
طاقتوں کا قبضہ تھا حملہ کر کے قبضہ کر لیا۔ انگریزی، فرانسیسی اور  
ولندیزی فوجوں کی بری طرح پٹائی کی۔ کلکتہ اور آسام پر بھی  
بمباری کی جس سے وہاں بھگدڑ مچ گئی۔ دولت مندوں نے  
کلکتہ اور آسام کے بڑے شہروں سے اندرون ہند کے محفوظ  
علاقوں کی طرف بھاگنا شروع کر دیا۔ سنگاپور اور برما میں  
انگریزی فوج نے ہتھیار ڈال دیئے۔ انگریز جرنیل نے ہتھیار  
ڈالنے وقت اپنے فوجیوں سے کہہ دیا کہ جو فرار ہو کر جائیں، بچا  
سکتے ہیں، انہیں ایسا کرنے کی اجازت ہے وہ اپنی فوج کے  
آسام میں واقع بیس کمپ میں رپورٹ کریں یا جادھر اور جہاں  
ممکن ہو جاپانیوں سے بچ کر نکل جائیں اور اپنے فوجی دستوں  
سے رابطہ قائم کرنے کی کوشش کریں۔ فوجیوں کے علاوہ  
سنگاپور اور برما میں جو غیر فوجی ہندوستانی کاروبار وغیرہ کے  
سلسلے میں مقیم تھے، وہ بھی بے سروسامانی کی حالت میں جائیں  
بچا کر بھاگے۔ برما اور آسام کے جنگلوں کا سفر بڑا کٹھن،

اذیت ناک اور جان لیوا تھا۔ کچھ بچ نکلنے میں کامیاب ہوئے  
اور بہت سے مارے گئے۔ انگریز فوجوں نے ایسی عام اور  
بڑے پیمانے پر بے پناہ شکست کی دوسرے ایشیائی ملک میں  
اس سے پہلے کبھی نہ کھائی تھی۔

”اس افراتفری اور عام ہڑ بونگ کے دوران میری  
رجسٹ کا ایک سکھ میجر نہال سنگھ اور میں اندھیری رات میں  
گھوڑوں پر سوار ہو کر نکلے اور برما کے محاذ سے سرپٹ بھاگے۔  
برما گئے، گنجان، تاریک اور  
خطرناک جنگلوں کا ملک ہے  
جن میں سے گزرتا بڑا دشوار گزار  
تھا۔ جنگلی درندوں کے اچانک  
حملے کا ہر وقت دھڑکا اور راستے  
نامعلوم، بلکہ ناپید بہر حال ہم  
نے اندازے سے ہندوستانی

صوبہ آسام کا رخ کیا جہاں جاپانی بمباری کے باوجود ہنوز  
انگریزی تسلط برقرار تھا۔ گئے جنگلوں میں ہم لکڑیوں سے  
راستہ کاٹتے چھانٹتے چلے جا رہے تھے۔ دنوں کی تکتی ندرتوں  
کا شمار یا درہا کھانے پینے کا سامان ختم ہوتا جا رہا تھا۔ جنگلی  
بھلوں اور ہندی نالوں کے پانی پر گزارہ ہونے لگا۔ بعض دفعہ  
درندوں اور خطرناک سانپوں سے بھی واسطہ پڑا۔ ان کے بچ  
کر آگے نکل جاتے رہے۔ ”ایک دن اچانک سامنے کھلی جگہ  
پر ایک قبرستان دکھائی دیا، چچیس تیس قبریں ہوں گی۔ ارد گرد  
کوئی آبادی نہ تھی۔ کبھی ہوگی لیکن اب یا تو کمین مر کپ چکے  
تھے یا جنگ کے خطرات سونگھ کر کہیں دور محفوظ مقامات پر جا  
چکے تھے شکست، ویران اور زمین بوس جمونہڑیوں میں ہوکا عالم تھا  
ہم نے وہاں کھانے کی چیزیں تلاش کرنے کی عہد کوشش کی  
(باقی آئندہ شمارے میں)

## مخطوط خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں  
اگر کمپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، حتی  
المقدور کوشش کے باوجود بھی کہیں کی بیشی ہو سکتی ہے، آپ  
کے مشکور ہونگے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق  
عطاے۔



**تجربات:** ٹھوکریں کھائے ہوئے لوگوں کے لئے خوشخبری۔

کا درخت ہر گھر میں سے صرف پتوں سے وہ فائدہ حاصل کریں جو آپ کی سوچ سے بالاتر مثلاً دائمی نزلہ، زکام، الرجی، ٹائفل اور جلدی امراض جیسے کے روپ اور نکھار کے لیے سفیدے کے پتے شائد ہیں اس کتاب میں پڑھیں مثلاً چند کم قیمت اجزاء پر مشتمل ایک قبوہ جو ہر شخص بنا سکے ہر گھر کی ضرورت اور اسکے فائدہ سے کہتے ہیں کیونکہ مغل بادشاہوں کے شاہی دسترخوان کی زینت تھا پھر رازدار ہاکن ییڈاز افشا ہو گیا کیسے ہوا وہ آسان نسخہ کیا ہے۔ اس کتاب میں پڑھیں خوش ذائقہ بھی صحت مند بھی مثلاً گاجر سے دل کے مریضوں کا علاج ہے خوبانی اور ذینکری گولیاں کھانے والوں کے لیے اس کتاب میں ایک آسان ٹونکہ مثلاً حلیت ملن پرانا سرپرانی گیس نسل درسل چلی آ رہی ہے صرف 15 روپے کی مٹھی اسکا نوبی علاج ہے طریقہ اس کتاب میں ضرور پڑھیں مثلاً چونے کا پانی ہر پان والے کے پاس سے مفت مل جاتا ہے اگر ہر گھر میں کھا جائے تو اس گھر کے تمام بچے پتہ نہیں ہو سکتے ہیں اور گھر کے مرد و خواتین کی ایسی نوکھی بیماریاں بالکل ختم ہو سکتی ہیں جو جانے نہیں جاتی مثلاً اگر آپ ”چند فوائد پڑھیں تو بالکل آگ کوئی زندگی دے سکتے ہیں“ مثلاً نفسانی

ایک بہت ہی زیادہ موٹی خاتون نے جو کہ اب چلنے پھرنے سے بھی عاجز آ چکی تھی۔ جب یہی نسخہ استعمال کیا۔ چونکہ ہر علاج سے تنگ تھیں۔ اس لئے یہ نسخہ مستقل استعمال کیا اور استعمال کرنے کے بعد جب اپنا وزن کیا تو سترہ پاؤنڈ وزن صرف ڈیڑھ ماہ کے عرصے کے دوران کم ہوا۔ بندہ نے مزید مستقل استعمال کرنے کا مشورہ دیا۔

ایک صاحب پیٹ کے بہت زیادہ بڑھنے کی شکایت لے کر آئے۔ اور وہ پیٹ کے بڑھنے کی مرض سے بہت زیادہ عاجز اور تنگ تھے۔ ورڈشیں بھی خوب کیں اور دوڑ لگانے میں ایک دن بھی کمی نہیں کی۔ ایک دفعہ تو دوڑتے دوڑتے بے ہوش ہی ہو گئے۔ بندہ نے یہی نسخہ استعمال کرایا۔ اور صرف ایک بات کی تاکید کی کہ ”تین بج“ استعمال نہ کی جائے۔

چاول، چینی اور چکنائی یہ وہ چیزیں ہیں۔ جو انسان کو فربہ اور وری موٹا مادیاتی ہیں۔

قارئین! یاد رکھیں اگر آپ نے یہ ”تین ج“ یعنی چکا، چٹا اور وغیرہ میں لگے رہے تو یقینی بات ہے کہ موٹاپا آپ کے جسم کا ہمیشہ ہمراہ رہے گا۔ اور مہمان کی میزبانی آپ کا حق ہے۔ قارئین! سفید زہر یعنی چینی کتنا نقصان دے رہی ہے اور کتنی جانیں اس کے مہلک اثرات سے تلف ہو رہی ہیں لیکن ہمیں آج تک اس کو چھوڑنے کا خیال پیدا نہ ہوا۔

الغرض اگر ہم مونہے سے نجات چاہتے ہیں۔ تو ہمیں ”تین ج“ اور پھر چوتھی ”ج“ چٹکارے والی بھی چھوڑنی پڑے گی۔ نیز شہکا استعمال اور سر کی عادت ڈالیں۔

معیادی بخار یا ٹیفائیڈ انسان کی زندگی کے لئے صحت و  
سندرتی کے لئے کتنی خطرناک چیز ہے۔ اس کے اثرات جسم  
انسانی میں بیس سے چالیس سال تک باقی رہتے ہیں۔ لیکن یہ  
بات تجربے میں آئی ہے کہ الیوٹھنٹیسی علاج کے بعد جس طرح  
یرقان کا حملہ بار بار ہوتا ہے۔ اسی طرح ٹیفائیڈ کا حملہ بھی بار بار  
ہوتا ہے ایسے میں اگر مندرجہ ذیل نسخہ کا استعمال مریض ٹیفائیڈ کو  
مستقل کرادیا جائے تو یقیناً فوائد ظاہر ہوتے ہیں۔

هو الشافى: اجوا مين ديسى ۱۵ گرام، كلونجى ۳ گرام۔ (بقية آئندہ)

مختصر گراں  
تہذیبی و فنی  
تدریسی کھون

موٹا یا اور کلوئی

جس طرح کینسر جدید دور کا ایک خطرناک اور مہلک مرض ہے۔ اس طرح مونثا بھی اس دور کا ایک لاعلاج اور اگر لاعلاج نہیں تو عسیر العلاج مرض ضرور ہے۔ اس ضمن میں یورپ کے سائنس دان جو کہ اب پاکستان کے تمام بڑے شہروں میں رواج پا چکے ہیں۔ یہ سنسور دوشوں کے ساتھ ساتھ کھانے کی ادویات بھی استعمال کرتے ہیں۔ جس سے انسان مونثا پے میں کم لیکن امراض کا گڑھ بن جاتا ہے لیکن جب تک یہ طریقہ استعمال کرتا ہے تندرست رہتا ہے اور جب یہ طریقہ چھوڑ دیتا ہے بیماری پھر غالب ہو جاتی ہے۔

مشاہداتی زندگی میں ایسے مریض ایک نہیں ہزاروں کی تعداد میں دیکھنے کا موقع ملا ہے۔ جو بہت زیادہ غربہ اور موٹے تھے۔ علان ح کے طور پر ورزش اور کچھ کھانے کی ادویات استعمال کیں اور اس بات سے وہ خود بھی حیران ہوئے اور ان کو دیکھنے والے بھی کہ جب انہوں نے وہ دوا استعمال کی تو لا جواب فائدہ مندوار ہوا۔ لیکن کچھ ہی عرصے کے بعد واپس اسی کیفیت میں آ گئے۔

ذیل میں ایک نوجوان کین کی خدمت میں پیش کر رہا ہوں۔  
جو کہ مخموج، سہل الحصول اور بالائین ہے۔ امید ہے قارئین اس  
نسخے کی قدر کریں گے۔

هو الشافى: لاکھ عمدہ ۵۰ گرام زیرہ سیاہ اعلیٰ ۵۰ گرام  
کلونجی ۵۰ گرام۔

تمام ادویات کوٹ پیس کر سفوف تیار کریں اور بڑے سائز کے کپسول بھر لیں۔ دوا استعمال کریں۔ ایسا استعمال کرنے سے یقینی فوائد وار ہوتے ہیں۔



یہ مضمون خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لئے وقف ہے  
خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں۔  
چاہے بے ربطی کیوں نہ ہو۔

### گناہ کا احساس

میری الجھن عجیب و غریب ہے۔ پستانوں کے بارے میں ہر وقت خیال رہتا ہے۔ جسم کا یہ حصہ سراسر گناہ ہے اور اس کی سزا ملے گی۔ میں سخت پریشانی میں خط لکھ رہی ہوں۔ میں نے سورہ نور کی تفسیر پڑھی، اس میں سینے کا ذکر ہے۔ میرے دل و دماغ پر سختی سوج حاوی ہو گئی ہے۔ خوف بے حد طاری ہے۔ میں ہنستی بوکتی نہیں۔ نفسیاتی مریضہ بن گئی ہوں۔ میری بات مذاق میں نہ ٹالئے۔ انسانیت کے ناتے میری مدد کیجئے ورنہ میں نارمل نہیں رہوں گی۔ کوئی ایسی کتاب کا نام بھی بتائیے جس میں عورتوں کے مسائل ہوں۔ (ن۔ لاہور)

☆ آسیہ بی بی! آپ خواہ مخواہ پریشان ہو رہی ہیں۔ سینے اور پستان کا مطلب ایک ہی ہے۔ آپ کسی بے معنی خوف (Phobia) میں مبتلا ہو گئی ہیں۔ سینے کو آپ نے خوف تصور کر لیا ہے۔ یہ ایسا ہے جیسے اکثر بچے کتے بلی وغیرہ سے ڈر جاتے ہیں اور ان سے دور رہ کر محفوظ رہتے ہیں۔ کسی خاص وقت خاص حالات میں یہ خوف پیدا ہوتا ہے۔ پہلی بار کا پیدا شدہ خوف آہستہ آہستہ بڑھتا جاتا ہے۔ پھر دوسری چیزوں سے بھی خوف آتا ہے۔ ایک بچی کی مثال میرے سامنے ہے۔ جب پاکستان بنا تو اس کی ماں کو ہندوؤں نے شہید کر دیا تھا۔ معصوم بچی چھاتی سے لپٹی رہ گئی تھی۔ اس کی بڑی بہن نے بچی کو مردہ ماں سے علیحدہ کیا، مگر وہ منظر بھول نہ سکی۔ اس کی شادی ہوئی تو وہ اپنے بچوں کو دودھ نہ پلا سکی۔ اس نے اپنی مردہ ماں کے سینے سے شیر خوار بہن کو اٹھایا تھا وہی منظر اس کے سامنے تھا ایک ماہر نفسیات نے اس کا یہ خوف دور کیا، پھر کہیں وہ نارمل ہوئی۔ آپ کے ساتھ بھی کچھ مسئلہ ضرور ہے۔ اللہ تعالیٰ نے جسم کا کوئی حصہ بیکار نہیں بنایا۔ ماں کا درجہ بہت ہے۔ وہ بچے کو دودھ پلاتی اور اس کی پرورش کرتی ہے۔ جسم کا یہ حصہ گناہ کیسے ہوا؟ اپنے ذہن سے ایسی باتیں خارج کیجئے۔ رات کو نماز پڑھنے کے بعد دو نفل پڑھیے۔ استغفار کی ایک تسبیح پڑھ کر اللہ سے معافی مانگئے، جانے اور انجانے گناہوں کی۔ ایسا محسوس

کیجئے کہ اللہ آپ کی طرف متوجہ ہے اور آپ کی بات سن رہا ہے دل کی گہرائیوں سے جو دعا کی جائے قبول ہوتی ہے۔ آپ کو بے حد سکون ملے گا۔ پانچوں وقت کی نماز پڑھئے قرآن پاک کی تلاوت کیجئے۔ فضول خیالات ذہن سے نکال کر اللہ کی طرف متوجہ ہو جائیے۔ انسان کو اپنے تمام خیالات و جذبات اور اعمال پر شعوری اختیار ہو تو نفسیاتی طور پر صحت مندر ہوتا ہے آپ خوف زدہ ہیں خود کو ڈنڈل کر یہ خوف دل سے نکال لیں تو آپ ٹھیک ہو جائیں گی۔

### سنہری چھاپے کے دوپٹے خراب نہ ہوں

میرا دوپٹہ خوبصورت، مست رنگا، سنہری چھاپے کا ہے۔ اس سے پہلے میں نے ایک سنہری چھاپے کا ایک سوٹ بڑے احتیاط سے پلاسٹک کے لفافے میں رکھا تھا۔ دنیا کی گولیاں بھی ڈالی تھیں۔ اب جو دیکھا تو وہ سیاہ ہو چکا ہے براہ کرم مجھے بتائیے میں اپنا دوپٹہ کس طرح رکھوں جس سے وہ خراب نہ ہو۔ (کوثر۔ کراچی)

☆ سنہری چھاپے کے سوٹ جلد خراب ہو جاتے ہیں۔ جو خراب ہو گیا وہ تواب ٹھیک نہیں ہو سکتا۔ آپ اپنے دوپٹے کو موٹے خاکی لفافے میں رکھئے۔ بہتر یہ ہے کہ خاکی کاغذ میں لپیٹ کر پھر اس خاکی لفافے میں رکھا جائے اور فینائل کی گولیاں نہ ڈالی جائیں۔ پرنیوم بھی نہ چھڑکا جائے ورنہ وہ کالا ہو جائے گا سنہری چھاپے میں نمی ہوتی ہے۔ اس لیے وہ جلد سیاہ ہو جاتا ہے۔ ایسے کپڑوں کو بڑی احتیاط سے خاکی کاغذ میں رکھنا چاہیے۔ اخبار بھی ان کے لیے مناسب نہیں۔

### چھائیاں پڑ جاتی ہیں

ستمبر کے مہینے میں چہرے پر چھائیاں پڑ جاتی ہیں۔ کسی کریم یا دوا کا اثر نہیں ہوتا۔ پوری سردیوں میں تکلیف رہتی ہے اس کے بعد گرمیوں میں خود بخود ٹھیک ہو جاتی ہے۔ میں بہت پریشان ہوں، اس لیے کوئی دوا بتائیے (ناسیلہ اعوان۔ لاہور)

☆ بعض دفعہ ماہانہ خرابی سے چھائیاں پڑتی ہیں اور کچھ جلد کی

خرابی ہے۔ مصفی خون دوا لینے سے بھی فرق پڑتا ہے۔ آپ گھیکوار کی شاخ لیکر دین میں دو تین بار دانوں پر ملئے۔ رات کو لگا کر سو جائیے۔ تھوڑے سے بیسن میں نصف چمچ شہد، آدھے لیون کا رس، تیل کے چند قطرے اور نصف چمچ دودھ ملا کر اسے ابٹن کی طرح چہرے پر خوب ملئے۔ خشک ہونے پر منہ دھو لیجئے۔ کسی بھی کریم کے بجائے آپ صرف گھیکوار لگائیے۔ صبح نہار منہ ایک پیالی ایلنے پانی میں ایک چمچ شہد اور آدھے لیون کا رس ڈال کر پیائیں۔ کچھ دنوں میں روزانہ تین کنکھائیے۔ اس کے چھلکے میں اور سکھا کر ابٹن میں شامل کر سکتی ہیں۔

### ماہواری کی تکلیف

میرے چار بچے ہیں۔ چھوٹی بچی گیارہ ماہ کی ہے۔ جب سے پیدا ہوئی ہے میں ماہانہ تکلیف میں مبتلا ہوں۔ دوا کھانے سے وقتی آرام ہوتا ہے دو دن بعد پھر تکلیف شروع ہو جاتی ہے گرم دوا سے میرے سینے پر زخم ہو گئے ہیں۔ بچی دودھ پیتی ہے تو زخم کھل جاتے ہیں آپ کوئی دوا بتائیے۔ (عائشہ۔ شاہ کوٹ)

☆ آج کل سنگھاڑے بازار سے مل رہے ہیں، کپے یا بلے ہوئے روزانہ اپنی غذا میں شامل کیجئے۔ مٹھی بھر گیندے کے پھول پانی میں ڈال کر پکائیے اور صبح شام اس پانی سے زخم دھویے۔ زیتون کے آدھے کپ (بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

### (بقیہ: بچوں کی شخصیت)

کھلونوں سے محروم ہو گئے یہ بتانے کیلئے کہ اب اس کمرے میں داخل ہونا مشکل ہے تالا بھی لگا دیا گیا۔ تین منٹ کیلئے رکاوٹ کا وقت شروع ہو گیا۔ بچے کہہ الف کے کھلونوں کے ساتھ کھیل تو ضرور رہے تھے۔ لیکن ان کی زیادہ تر توجہ دوسرے کمرے کے کھلونوں کی طرف تھی جو شیشے کی دیوار سے صاف دکھائی دے رہے تھے۔ ان کے ذہن میں ان کھلونوں سے کھیلنے کی یاد ابھی تک تازہ تھی تجربہ کنندہ نے اب بھی بچوں کی حرکات اور کھیلنے کے طور طریقے تفصیل سے نوٹ کئے تاکہ مقررہ معیار سے ان کا مقابلہ کیا جاسکے۔ (جاری ہے)

ماہنامہ عبقری سے رابطے کیلئے نیا موبائل نمبر 0322-4688313

# پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک

اسلام اور رواداری

## فدیہ لیکر ہا کر دیا جائے

غزوہ بدر کے قیدیوں کو رسول اکرم ﷺ نے پہلے صحابہ کرامؓ میں تقسیم فرما دیا تھا۔ بعد میں حضورؐ نے صحابہؓ سے مشورہ لیتے ہوئے فرمایا: ”تمہاری ان قیدیوں کے متعلق کیا رائے ہے؟“ حضرت ابو بکر صدیقؓ نے رائے دی: ”یا رسول اللہ! فدیہ لیکر ان سب کو رہا کر دینا چاہئے۔“ حضرت عمرؓ نے کہا: ”حضور! یہ لوگ کفر و شرک کے امام ہیں۔ خدا نے ہم کو ان پر غلبہ دیا ہے اس لئے مسلمانوں کے خون کا اور مسلمانوں پر انہوں نے جو ظلم کئے ہیں، ان کا قصاص و انتقام لینا چاہئے اور ان کی گردنیں اڑا دینا چاہئیں۔“ مگر حضورؐ نے رحمت و شفقت کا مظاہرہ کرتے ہوئے حضرت ابو بکر صدیقؓ کی رائے کو پسند فرمایا اور سب قیدیوں کو فدیہ لیکر چھوڑ دیا۔

## قیدیوں کو مہمانوں کی طرح رکھیں

غزوہ بدر کے قیدیوں کو رسول اکرم ﷺ نے دودو چار چار کر کے صحابہ کرامؓ میں تقسیم کر دیا تھا اور انہیں آرام کے ساتھ رکھنے کی تاکید کر دی تھی۔ چنانچہ صحابہ کرامؓ نے ان کے ساتھ یہ سلوک کیا کہ کھانا ان کو کھلا دیتے تھے اور خود کھجوریں کھا کر گزران کرتے تھے۔ ایک قیدی کا بیان ہے کہ مجھے جن انصاری صاحب نے اپنے گھر میں رکھا، ان کا یہ عالم تھا کہ کھانے میرے سامنے رکھ دیتے اور خود کھجوریں کھاتے۔ مجھ کو شرم آتی اور میں روٹی ان کے ہاتھ میں دے دیتا مگر وہ اصرار کے ساتھ روٹی مجھے واپس کر دیتے اور کہتے: ”ہمیں حضورؐ کا حکم ہے کہ ہم تمہیں مہمانوں کی طرح آرام سے رکھیں۔“

## قابو پا جاؤ تو غصے کا مالو

رسول اکرم ﷺ کی اونٹنیوں کی قرد کی چراگاہ میں چرا کرتی تھیں۔ یہودی قبیلہ غطفان کے چند آدمیوں نے چھاپہ مارا اور حضرت ابوذرؓ کے صاحبزادے کو جو اونٹنیوں کی حفاظت پر متعین تھے قتل کر کے اور ان کی بیوی کو گرفتار کر کے بیس اونٹنیاں پکڑ کر لے گئے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

# آب زم زم کے سائنسی اور روحانی فائدے

عبد ربیع اللہ صاحب

آب زم زم کی فضیلت:- آب زم زم کی فضیلت اور اس کی برکت میں بہت سی احادیث اور متعدد روایات آئی ہیں۔ داؤد بن عبد الرحمنؓ نے عبد اللہ بن عثمان بن عثیم سے اور انہوں نے وہب بن منبہ سے روایت کیا ہے کہ انہوں نے زم زم کے متعلق فرمایا ”اس ذات کی قسم جس کے قبضہ قدرت میں میری جان ہے وہ اللہ کی کتاب میں مضمون نہ۔ (ہر آلائش سے پاک) ہے۔ وہ اللہ تعالیٰ کی کتاب میں بڑا (بارکت) ہے۔ وہ اللہ سبحانہ و تعالیٰ کی کتاب میں شراب الابرار (نیکوں کا مشروب) ہے اور اللہ تعالیٰ کی کتاب میں وہ طعام طعم و شفاء سقم (سیر کرنے والی غذا اور بیماریوں کی شفاء) ہے۔

اور الزنجی نے ابن خثیم سے روایت کیا ہے ”ہمارے ہاں وہب بن منبہ آئے۔ انہیں کوئی تکلیف ہو گئی تو ہم ان کی عیادت کے لئے آئے۔ ہم نے ان کے پاس آب زم زم دیکھا تو ہم نے کہا ”آپ ایسا کیوں نہیں کرتے کہ اسے میٹھا کر کے خوشگوار بنا لیں کیونکہ یہ پانی گاڑھا ہے۔ انہوں نے کہا ”کہ میں اسے بغیر کسی ملاوٹ کے ہی پینا چاہتا ہوں۔ اور اس ذات کی قسم جس کے دست قدرت میں وہب کی جان ہے وہ اللہ کی کتاب میں زم زم ہے، نہ اس کا پانی ختم ہوگا اور نہ اس کی برکات زوال پذیر ہوں گی اور وہ اللہ تعالیٰ کی کتاب میں نیکوں کا بارکت مشروب (شراب الابرار) ہے اور وہ اللہ تعالیٰ کی کتاب میں (مضمون نہ) ہے اور وہ اللہ سبحانہ و تعالیٰ کی کتاب میں طعام طعم و شفاء سقم ہے۔ اور اس ذات کی قسم جس کے ہاتھ میں وہب کی جان ہے کہ اگر کوئی شخص آب زم زم کو پیئے گا ارادہ کرے اور خوب سیر ہو کر اسے پیئے تو اس کی بیماری زائل ہو جائے گی اور اسے شفاء حاصل ہو جائے گی“ اور داؤد بن عبد الرحمنؓ نے عبد اللہ بن ابی یزید سے اور انہوں نے عبید بن عمیر سے اور انہوں نے کعب سے روایت کیا ہے کہ انہوں نے زم زم کے متعلق کہا ہم اسے مضمون نہ پاتے ہیں۔ اس کے بارے میں تمہارے ساتھ بخل کا رویہ اختیار کیا جاتا ہے۔ سب سے پہلے اس کے پانی کو اسماعیل علیہ السلام نے پیادہ طعام طعم و شفاء سقم ہے۔

کتاب زندگی

# اعراض کا اسلامی اصول

جاپان ایرلانز کا ایک جہاز (بونگ ۷۷۷) ۱۲ اگست ۱۹۳۵ کو ٹوکیو سے اڑا۔ اسے ایک گھنٹہ میں اوسا کا پہنچنا تھا۔ مگر اڑان کے صرف ۱۰ منٹ بعد پائلٹ نے محسوس کیا کہ اس نے جہاز پر اپنا کنٹرول کھودیا ہے۔ جہاز کو ۲۲ ہزار فٹ کی بلندی پر اڑنا تھا۔ مگر وہ اترتے اترتے ۹۸۰۰ فٹ کی بلندی پر آ گیا۔ اور بالآخر وہ پہاڑ سے ٹکرا کر تباہ ہو گیا۔

اس جہاز کے ۵۲۰ مسافر مر گئے۔ ان مرنے والوں میں ہندوستان کے ایک انجینئر مسٹر کلیان کمر جی اور انکی بیوی بھی تھے۔ مسٹر کمر جی کی عمر بوقت حادثہ ۴۱ سال تھی۔ وہ ایک تجارتی مہم پر حال میں جاپان گئے تھے۔ جاپان سے انھوں نے اپنے لڑکے زرخن کمر جی (۱۳ سال) کے نام خط لکھا کہ وہ اپنی بیوی کے ساتھ ۱۲ اگست کو ایک تفریحی سفر پر ٹوکیو سے اوسا کا جا رہے ہیں۔

(ہندوستان ٹائمز ۱۱ اگست ۱۹۸۵)

جہاز کو بلندی پر اڑانے کا ایک مقصد یہ ہے کہ وہ پہاڑوں یا اونچی عمارتوں سے نہ ٹکرائے۔ مذکورہ جہاز کے لیے ”۲۲ ہزار فٹ“ کی بلندی ایک محفوظ بلندی تھی۔ مگر جب اس کے انجن میں خرابی آ گئی تو وہ اس محفوظ بلندی پر قائم نہ رہ سکا۔ وہ اترتے اترتے ”۹۸۰۰“ فٹ کی بلندی پر آ گیا۔ اب وہ محفوظ بلندی کی سطح پر نہ رہا چنانچہ وہ پہاڑ سے ٹکرا کر تباہ ہو گیا۔

یہی معاملہ انسانی زندگی کا بھی ہے۔ ہماری زندگی کا سفر بے شمار انسانوں کے درمیان ہوتا ہے۔ اگر ہم اپنے فکر و خیال کے اعتبار سے چلی سطح پر سفر کریں تو بار بار دوسروں سے ٹکراؤ ہوتا رہے گا۔ اس کا واحد حل یہ کہ آدمی فکر و خیال کے اعتبار سے اپنے آپ کو اتنی بلندی پر پہنچا دے کہ دوسروں سے ٹکراؤ کا امکان ہی اس کے لیے ختم ہو جائے۔

اعراض کا اسلامی اصول آدمی کو یہی بلندی عطا کرتا ہے۔ اعراض اپنی حقیقت کے اعتبار سے عین وہی چیز ہے جس کو مفکرین نے زندگی کے مسئلہ کا برتر حل کہا ہے۔ براہِ راست سفر کرنے میں دوسروں سے ٹکراؤ کا اندیشہ ہوتا ہے۔ اس لیے دانش مند آدمی اپنے سفر کی سطح کو بلند کر لیتا ہے۔ تاکہ دوسروں کے ساتھ اس کا ٹکراؤ نہ پیش آئے اسی برتر حکمت کو اختیار کرنے کا نام اعراض ہے۔

(از مولانا وحید الدین خان)



# جنات سے سچی ملاقاتیں

قارئین! آپ کا کبھی کسی پر اسرار چیز یا کبھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو تو ہمیں ضرور لکھیں چاہے بے ریا یا نہیں، ڈک چمک ہم خود سنوار لیں گے۔

## گزشتہ سے پیوستہ :

بہر حال میں نے اسے کبھی بھی شکایت کا موقع نہ دیا مشکل کام اس کا خانساں کرتا تھا میرا کام صفائی وغیرہ تھا میں مذہب کے اصولوں پر پابند رہا اور تبلیغ بھی کرتا رہا۔ میں چونکہ تمہیں ایک خاص واقعہ سنانا چاہتا ہوں اس لئے بہت سی باتیں نہیں سناؤں گا۔ ملازمت کے چوتھے سال میری شادی ہو گئی کولون صاحب نے مجھے سرونٹ کو ارڈر دے دیا۔ اس کا تبادلہ کئی شہروں میں ہوا اس کا عہدہ اور زیادہ بڑھ گیا تو اس کی ڈیوٹی میں قصوب اور دیہات کے ڈاکخانوں کے دورے اور معائنے بھی شامل ہو گئے میں اب اس کا پرانا ملازم تھا اور تجربہ کار بھی۔ اسلئے وہ مجھے اپنے ساتھ لے جایا کرتا تھا تم نے ڈاک بنگلہ تو سنا ہوگا جسے ریٹ ہاؤس کہتے ہیں انگریز کے زمانے میں ڈاک بنگلے کی بہت اہمیت تھی جب کبھی کوئی انگریز افسر کہیں دورے پر جاتا وہاں کے تھانے دار کو پہلے اطلاع دے دی جاتی تھی اور خانساں کھانے پکانے کے سامان کے ساتھ پہلے پہنچ جاتا تھا۔ میری عمر اس وقت غالباً تیس سال ہو چکی تھی میرے یہ دونوں بیٹے ابھی چھوٹے تھے کولون صاحب نے مجھے بتایا کہ اسے بھونان اور سکم جانا ہے یہ بڑا لمبا دورہ تھا اس کے کہنے پر میں نے اپنی بیوی اور بچوں کو گھر بھیج دیا ہماری روانگی کو سات آٹھ روز باقی تھے صاحب کا خانساں مسلمان تھا لیکن اس کی دوستی انگریزوں کے ہندو اور عیسائی نوکروں چاکروں کے ساتھ تھی۔ وہ مجھے مذاق سے مولوی صاحب اور کبھی علامہ صاحب کہا کرتا تھا میں نے اسے مذاق سے کبھی نہ روکا اور میں اسے ہمیشہ کہتا رہتا تھا کہ نماز نہ پڑھو، روزے نہ رکھو لیکن شراب اور جوا چھوڑ دو وہ نہیں مانتا تھا۔ مجھے شک ہوا کہ اس پر ہندوؤں اور عیسائیوں کا اثر تھا وہ مجھے کہا کرتا تھا کہ ان لوگوں کے بھی مذہب ہیں لیکن یہ تمہاری طرح مذہب کا اتنا ڈھنڈورا نہیں پیٹتے میں ان کے مذہبوں اور اسلام میں فرق بتاتا رہتا تھا لیکن وہ اس قدر گمراہ ہو چکا تھا کہ میری باتیں مذاق میں ٹال

دیا کرتا تھا۔ ایک روز جب صاحب اپنے دفتر گیا ہوا تھا خانساں نے مجھے کہا کہ ساتھ کے بنگلے کے سرونٹ کو انٹروں میں چلو ذرا اکپ شپ لگائیں گے۔ میں اس کے ساتھ چلا گیا وہاں ایک جوتی بیٹھا تھا وہ بوڑھا تھا۔ اس لئے اسے تجربہ کار کہنا صحیح تھا۔ وہ ہندو تھا اس نے جو گیارنگ کے کپڑے پہن رکھے تھے وہاں تین چار ملازم بیٹھے تھے ان میں ایک عیسائی تھا اور باقی ہندو۔ جوتی نے جب بات شروع کی تو میں نے اندازہ کیا کہ یہ صرف جوتی اور نجوی نہیں بلکہ رشی بھی ہے۔ رشی ہندوؤں کے مذہبی عالم ہوتے تھے یا جیسے ہمارے صوفی ہوتے ہیں۔ میں اس کی باتوں سے سمجھ گیا کہ اسے ان ملازموں نے میرے لئے یہاں بلایا ہے کہ یہ ادھر سے گزر رہا تھا تو انہوں نے اسے بٹھالیا اور میرے متعلق یہ بتا کر کہ میں اسلام کا پرچار کرتا ہوں اسے کہا ہے کہ میرا منہ بند کرے۔ اس کے ساتھ جو بحث ہوئی وہ سنانے کی ضرورت نہیں۔ وہ اسلام کے خلاف اور اپنے مذہب کے حق میں بات کر رہا تھا مجھے اپنے متعلق یہ افسوس ہوا کہ میرے پاس علم نہیں تھا میں اسے وہ باتیں بتا رہا تھا جو میں روزمرہ زندگی میں دیکھتا تھا یا مولوی صاحب نے مسجد میں قرآن کی جو تفسیر بتائی تھیں میں وہ سنا تھا مگر یہ جوتی رشی ایسی باتیں کرتا تھا جو سب پر اثر کرتی تھیں میں نے دل میں اتنی سی ہار مان لی کہ میں اس شخص کو بحث میں شکست نہیں دے سکتا لیکن یہ بات صاف تھی کہ یہ شخص مجھے اپنے عقیدے کا قائل نہیں کر سکتا۔ مجھے یہ افسوس ہوا کہ کولون صاحب کا خانساں بدر ہمال اس ہندو رشی کا اثر قبول کر رہا تھا۔ غیب کی بات چل نکلی جوتی نے کہا کہ وہ غیب کا اور آنے والے وقت کا حال بتا سکتا ہے میں نے اسے کہا کہ غیب اور آنے والے وقت کی خبر کوئی انسان نہیں دے سکتا وہ نہیں مان رہا تھا کہتا تھا کہ تمہارا مذہب نامکمل ہے میں نے اسے کہا کہ تم آئندہ کی کوئی بات بتا دو میں اس وقت تک انتظار کروں گا۔ اگر تمہاری پیشین گوئی صحیح ثابت ہوئی تو میں اپنا مذہب چھوڑ کر ہندو ہو جاؤں

گا۔ اس نے میرا ہاتھ پکڑ لیا اور میری انگلیاں پھیلایا کہ میرے ہاتھ کی لکیریں دیکھنے لگا۔ اس نے میرے منہ کی طرف دیکھا اور اس کے منہ سے نکلا وہ تم تو نہیں شائد یہ غلط ہو مجھے آج تک اس کا چہرہ یاد ہے اس کا تورنگ ہی بدل گیا تھا۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

## چالیس پاکباز ہستیوں کے پاکیزہ اقوال

وہ لوگ جنہوں نے دن رات پلٹ پلٹ کر دیکھے پھر انہیں پرکھا جانچا کھولا برتا اور آخر کار جس نتیجے پر پہنچے وہ نتیجہ ایک سنگ میل اور نشان منزل ثابت ہوا۔ بہت تلاش اور کوشش کے بعد یہ کتاب لکھی گئی ☆ اپنے اندر سورج والی باتیں پیدا کرو یہ عنوان ہے ایک وقت کے باکمال درویش نے جو بات کہی وہ موجودہ سائنس اور حیران ہو کر اپنا راز ہے اور جدید تحقیق ثابت کر رہی اس کتاب کے صفحہ نمبر 9 پر پڑھیں ☆ اسلم سے کیا ہوتا ہے پھر ایک صاحب ولایت دلی نے کیا فرمایا ضرور پڑھیں ☆ خدا کی قدرت سے استفادہ کا طریقہ ایسے راز ہے پر وہ اٹھایا اگر آپ پڑھ کر صرف تھوڑا گل کر لیں تو بڑی بڑی ترقیاں، کامیابیاں اور فتوحات آپ کے قدموں میں۔ ☆ گناہوں سے بچنے اور مقام ولایت پانے کا ایک باطل آسان اور بیک نسخہ آپ کی توجہ کا منتظر ☆ غریبوں کی غربت کے باوجود ایک راز بتایا کہ کون غریب اس راز کو پاسکتا ہے پھر اپنے حالات دیکھے ☆ اینڈر وین اور اسلم ہم کا اولیاء نے کیسے تذکرہ کیا سوچیں انہیں یہ سائنس کیسے ملی یہ سب اقوال اولیاء میں پڑھیں ☆ آٹھ صرف ہر چیز کی صورت دیکھتی ہے حقیقت نہیں دیکھتی یہ قول کیا ہے اگر اسکی تفصیل بھی ہے تو بھی ذرا کتاب پڑھیں۔ ☆ ہمارے مسائل کب ٹھیک ہوں گے پریشان لوگ اولیاء کے جملے نقل ضرور پڑھیں۔ ☆ گناہوں سے حفاظت کا سبب تقویٰ چاہنے والے یہ وضاحت پڑھ کر تو دیکھیں۔ ☆ دین کے وجود میں آنے کے 5 گراور راز اس کتاب کے صفحہ 21 پر پڑھیں ☆ نماز کو جاندار بنانے کا طریقہ یہ طریقہ پانے والے بس 22 صفحہ پڑھیں اور زندگی کے حقیقی کمال اور نماز کے اصل روپ کو جانیں حق فقر و غربت کی مشقوں میں چمکتا ہے قارئین اسکی وضاحت تو ضرور پڑھیں آپ کو تسلی اور حقیقت ملے گی۔ ☆ کیا گریہ یعنی سونا بنانے کا نسخہ ایک ولی نے کیسے بیان کیا اور اسکے سونی صدر زلٹ کیسے ملے کتاب سے سونا بن گیا کیا آپ پڑھنا پسند کریں گے۔ اور اللہ کے ولی کی سچ زبان پر یقین کریں گے۔ تاکہ آپ مالا مال ہوں یہ راز ہے ہر کسی کو بتانے کی ضرورت نہیں۔ قارئین! یہ کتاب ایک نادر روزگار محنت کا کامیاب تجربہ ہے جو پانے والے ہوں گے وہ انکھیں بند کر کے اس کتاب کو فریاد خریدیں گے۔ یہ چند صفات کا تعارف ہے جبکہ 552 صفحات میں علم نور کمال ہوگا۔ ☆ آئیے ہم آپ کو ایسے ایسے موتی جو گھر سے لعل اور چاند تارے سے زیادہ قیمتی ہیں اس کتاب میں دیں کوئی نفع دے گا کہ اس کتاب سے محروم رہے گا۔ کن بزرگوں کی زندگی کے نچوڑ تجربات اور مشاہدات ہیں ان کے کیا نام ہیں انکا کیا مقام ہے پھر یہ کتاب جسکا نام چالیس پاکباز ہستیوں کے پاکیزہ اقوال المعروف اقوال اولیاء ہرگز پڑھنا نہ بھولیں۔

بچے کا پیدائشی سرچھوٹا ہے

پندرہ سال سے نزلہ کی شکایت ہے

میرا جسم موٹا ہو رہا ہے

میرا باضمہ کمزور ہے

پیٹ میں پانی کی تھیلی

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورے ملے گا تو جب طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جو ابی لغافہ ہمراہ ارسال کریں۔ لکھتے ہوئے اضافی گوند یا شیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط چھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نو جوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لغافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

بچے کا پیدائشی سرچھوٹا ہے

ایک بچے کی والدہ ازملتان:-

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے بچے کا پیدائشی سرچھوٹا ہے اور بہت تنگ کرتا ہے۔ اس سلسلے میں میں نے آپ کو پہلے بھی خط لکھا تھا اور آپ نے اس کے لئے جو دوائی تجویز کی ہے اس میں کدوئی کے ساتھ جو دوسری دوائی بتائی ہے مہربانی فرما کر وہ دوائی بتادیں۔

جواب:- کدوئی عود صلیب ہم وزن کوٹ پیس کر پنے کے برابر صبح و شام دیں لا جواب نسخہ ہے انشاء اللہ تعالیٰ

پندرہ سال سے نزلہ کی شکایت ہے

ص۔۔۔ ملتان

میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے پندرہ سال سے نزلہ کی شکایت ہے۔ سردیوں میں نزلہ زیادہ ہو جاتا ہے اور ساتھ ڈسٹ الرجی بھی ہے۔ ناک سے پانی بہتا ہے اور چھینکیں شروع ہو جاتی ہیں۔ سر میں شدید درد ہوتا ہے دوائیاں استعمال کرنے کے بعد آرام تو آ جاتا ہے لیکن پھر جسم میں جان نہیں رہتی عجیب سا محسوس ہوتا ہے۔ گرمیوں میں الرجی تو نہیں ہوتی لیکن سبز اور سفید رنگ کا بلغم آتا ہے۔ اور بے چینی رہتی ہے۔ جب تک خمیرہ گاؤ زبان غبری جواہر دار یا خمیرہ خشخاش کھاتی رہوں فرق رہتا ہے پھر ویسے ہو جاتا ہے۔ دوائیاں وغیرہ کھاؤں تو معدے میں جلن محسوس ہوتی ہے۔ کیونکہ معدے کی تھوڑی بہت تکلیف ہے کھانا کھانے کے بعد یا کوئی گرم چیز کھاؤں یا جیسے آج کل آموں کا موسم ہے آم کھانے کے بعد جلن ہوتی ہے اس کا حل بتائیں۔

جواب:- اطر مائل اسطوخ دس ایک چمچ گرم پانی کے کپ میں گھول کر پی لیں۔ صبح و شام نہار منہ 2 ماہ تک کھٹی ٹھنڈی بادی کو لڈ رنک وغیرہ سے مکمل پرہیز کریں۔ پھر ساتھ ساتھ خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا بھی 1/2 چمچ صبح و شام استعمال کریں۔

جسم موٹا ہو رہا ہے

قمر سلطانہ۔۔۔ فیصل آباد

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرا جسم موٹا ہو رہا ہے آج سے تقریباً دس سال پہلے مجھے ڈپریشن ہو گیا تھا اس کی دوائیاں استعمال کیں بلکہ اب تک کر رہی ہوں میرا جسم کافی کمزور ہو گیا تھا لیکن بعد میں فریہ ہونا شروع ہو گیا پیٹ خاصا بڑھ گیا ہے میری خوراک سادہ ہے۔ گوشت بہت کم کھاتی ہوں۔ مجھے کوئی ایسا نسخہ بتائیں۔ جس سے میرا جسم سمارٹ ہو جائے۔ آپ کی مہربانی ہوگی میری عمر تقریباً 64 سال ہے

جواب:- بہن! آپ بادی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں پیدل چلنے کو اپنا معمول بنائیں۔ جو ان سونف کدوئی زیرہ سیاہ ہموزن کوٹ پیس کر سونف تیار کریں نصف چمچ دن میں 4 بار پانی کے ہمراہ 3 ماہ استعمال کریں۔

باضمہ کمزور ہے

ناصر علی۔۔۔ سوات

میرا باضمہ کمزور ہے مگر گرم ادویہ نکسیر کا سبب بنتی ہیں۔ مجھے ڈکاروں کی شکایت ہے اور ناف سے نیچے بھی آنتوں میں ہوا ہے (جسے گیس کہتے ہیں) ناف کے نیچے بائیں طرف بڑی آنت میں جلن بھی ہے۔ بائیں طرف پسینہ بھی کم آتا ہے چھینکیں بھی زیادہ آتی ہیں۔ ڈیڑھ ماہ قبل عصر کی نماز میں رکوع کے وقت تسبیح کرتے وقت زبان میں بھاری پن محسوس ہوا تو طبی علاج چھوڑ کر مقامی ڈاکٹر کے پاس گیا اور بعد میں وہاں سے سید شریف میں فالج کے سپیشلسٹ ڈاکٹر سے تین ہفتے علاج کر کے اب کافی بہتر ہو چکا ہوں مگر میرا تجربہ ہے کہ ڈاکٹری ادویہ ایک تو ہمیشہ کھاتی پڑتی ہیں۔ اور دوسرا یہ کہ ان کا سائیڈ لیٹکٹ کا امکان بھی ہوتا ہے۔ اسپیشلسٹ نے جو ادویہ دی ہیں ان میں بلڈ پریشر اور ماغی کمزوری اور نیند آور ادویہ ہیں اور اسپرین کی گولیاں بھی ان میں شامل ہیں حالانکہ اسپرین سے میرے پیٹ میں جلن وغیرہ کی شکایت پیدا ہوتی ہے۔

جواب:- سنفوف بخیر، جوارش شافی۔

عقبرقروا خانہ کی دوائی اوپر لکھی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ سنفوف دھنیہ ہموزن ثابت لکیر پان کی طرح چبائیں اور لعاب لیس دن میں 5 بار فشاری بھی استعمال کریں۔

پیٹ میں پانی کی تھیلی

حکیم صاحب:- میری والدہ عرصہ 20 سال سے مختلف بیماریوں کا شکار ہیں ڈاکٹر نے ان کو ہائی پرنسی ادویات استعمال کروائی تھیں اس وقت سے ان کی طبیعت خراب ہے۔ مرض یہ ہیں۔ انٹراساؤنڈ کر دیا تو اس میں یہ چیزیں آئیں جگر بڑھا ہوا ہے اور پیٹ میں پانی کی تھیلی اور دوندود چھوٹی چھوٹی رسولیاں تھیں جن کا ڈاکٹر نے کہا تھا کہ ابھی آپریشن نہیں ہو سکتا اور اس کے علاوہ ہائی بلڈ پریشر کی مریضہ ہیں۔ اور کبھی کبھی لوہی ہو جاتا ہے اور معدہ کی مستقل مریضہ ہیں۔ بعض دفعہ تو 3، 3 دن قبض رہتی ہے اور گیس بھی بہت زیادہ ہے۔ اور تلی بھی اب بڑھ گئی ہے ان کو (جریان خون رحمی) کی شکایت بھی ہے۔ ایام بہت زیادہ آتے ہیں اس کے لئے مینوٹات استعمال کی تھی۔ اس سے فرق پڑا تھا لیکن وہ ان کو خشکی بہت زیادہ کرتی تھی اور سارے جسم پر دم کی سی کیفیت ہے اور موٹا پا ہے۔ ڈاکٹری ادویات کھا کھا کر معدے کا حال بہت خراب ہے۔ (جریان خون رحمی) کا جو مسئلہ ہے اس کا علاج ڈاکٹر آپریشن بتاتے ہیں۔ آپریشن سے وہ ڈرتی ہیں اور اب تک ہم 5 بوتلیں خون کی لکوا چکے ہیں۔ مہربانی فرما کر کوئی نسخہ تجویز فرمائیں۔

جواب:- آپ والدہ صاحبہ کو جوارش کمونی مسہل جب کبہ نوشادری، سپاری پاک۔ یہ ادویات، لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق 2 ماہ استعمال کروائیں۔

بلڈ پریشر اور ہپاٹائٹس

اقبال احمد۔۔۔ صادق آباد

آپ کے دو مضمون ہائی بلڈ پریشر اور ہپاٹائٹس کا نہایت

## بائیں آنکھ میں کالا موتیا ہے

ارسلان علی خان۔ ضلع انک۔

ہمارے ایک بابا جی ہیں۔ گھر کا کام کرتے ہیں۔ ان کی نظر کمزور تھی الشفا ہسپتال راولپنڈی میں چیک کرایا تو ڈاکٹر نے رپورٹ میں کہا ہے کہ بائیں آنکھ میں بھی کالا موتیا ہے۔ اس کا اگلے مہینے آپریشن ہوگا اور دائیں آنکھ میں بھی کالا موتیا ہے جو ابھی کچا ہے۔ جب اگلے ماہ گئے تو انہوں نے کہا کہ جس آنکھ کا آپریشن کرنا تھا (یعنی بائیں آنکھ کا) اس کا پردہ ختم ہو گیا ہے لہذا اس کا علاج نہیں ہو سکتا۔ اور دوسری آنکھ یعنی دائیں آنکھ کا کالا موتیا ابھی کچا ہے اس لئے دو ماہ آپ قطرہ استعمال کریں۔ (جو کہ انہوں نے دیا تھا) اسی طرح جب دوبارہ گئے تو پھر انہوں نے دو ماہ کی ڈیٹ دے دی اور یہ سلسلہ ابھی تک جاری ہے۔ اور قطرے بھی دے رہے ہیں۔ ہم نے آپ کو خط لکھا ہے اور اپنا مدعا بھی۔

آسان علاج جو کہ شائع ہوئے ان کا مطالعہ کیا۔ اللہ تعالیٰ آپ کو جزائے خیر عطا فرمائے۔ میں نے پچھلے سال آپ کی بالکل ہدایت کے مطابق بنانے کی کوشش کی ہے لیکن ناکام۔ دونوں مٹی کے پیالے بالکل سادہ تھے ان کا منہ 1/2 6 ہے۔ صبح جب اوپر والے پیالے کو اٹھایا تو اس پر کوئی جوہر نہیں تھا۔ آپ اس کی مزید وضاحت فرمائیں تاکہ اس نسخے کو بنانے میں کامیابی ہو۔ نوشادر کی وضاحت بھی کریں سنا ہے کہ یہ کی قسم کی ہے۔ دوسری دوائی پانی بلند پریش کی تھی اس کے بارے میں عرض ہے کہ اس دوائی میں ارجن کا پانی ملانے اور صرف گولی بنانے سے زیادہ سے زیادہ کتنا عرصہ رکھا جا سکتا ہے۔ یا زیادہ عرصہ محفوظ رکھنے کے لئے کوئی اور طریقہ ہے اگر ہے تو وضاحت فرمائیں اور دوائی کتنا عرصہ صحت حالت میں رہے گی

جواب:- آپ نے جو ہر نکالنے کی کوشش کی ہے لیکن تجربہ نہ ہونے کی وجہ سے ناکام ہوئے ہیں۔ آپ یہ دوائی بذریعہ ڈاک منگوا سکتے ہیں۔ دوسرا ارجن کا پانی ڈال کر فوراً گولیاں بنا سکتے ہیں۔ اور گولیاں تادیر باقی رہ سکتی ہیں

### (بقیہ: درود پاک اور پریشائیاں)

نے سات بار اپنا لعاب دہن میرے منہ میں ڈالا۔ جب میں ظہر کے بعد وعظ کرنے منبر شریف پر بیٹھا تو مخلوق بے شمار تھی کیا دیکھتا ہوں کہ حضرت علیؓ میرے سامنے مجلس میں جلوہ گر ہیں اور فرما رہے ہیں بیٹا وعظ کیوں نہیں کہتے؟ وعظ کھو..... میں نے وہی عذر پیش کیا۔ سرکار نے لعاب دہن چھ بار میرے منہ میں ڈالا میں نے عرض کیا آپ نے سات بار کیوں نہیں ڈالا، فرمایا ”تادبا مع النبی“ نبی کے ادب کی وجہ سے۔ سبحان اللہ! نبی کریم قاسم الامان اور علیؓ نے کس پیارے انداز سے نوازا، بعد ازاں کثیر التعداد لاکھوں کا مجمع ہوتا اور آپ قرآن وحدیث نبوی کے ذریعے بڑی فصیح و بلیغ عربی میں نصیحتیں اور اسرار بیان فرماتے اور ہزار ہا علماء مشائخ آپ کے ملفوظات قلم بند کرتے۔

## مریضوں کی منتخب غذا میں

### غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی، مین، والی، چنے، کرلیے، ٹماٹر، حلیم، بڑا قیمہ اور اس کے انجنار کا قہوہ، اچار، لیوں، مربہ، آملہ، مربہ ہریز، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجنار، سکجین، جامن، فالہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو انجنار، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

### غذا نمبر 1

مٹر، اوبیا، ارہر، موٹہ، ہرا چھولیا، کچنا، بنجر، مرج، کوئی ترش باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجنار کا قہوہ، اچار، لیوں، مربہ، آملہ، مربہ ہریز، مربہ بہی، مونگ پھلی، شربت انجنار، سکجین، جامن، فالہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو انجنار، چکوترا، ترش پھلوں کا رس

### غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم، پیلے، مونگر، چھوٹا مغز اور پائے، ٹمکین، دلیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مربہ آم، مربہ ارک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ارک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرہ کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیکھی گھی، پیپہ، کھجور تازہ، خر بوزہ، شہوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقد دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

### غذا نمبر 3

کبری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، میتھی، پاک، ساگ، بینکن، پکڑے، انڈے کا آملیٹ، دال مسور، ٹماٹو کچپ، مچھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پراٹھا میتھی والا، لہسن، اچار، ڈلیے، چائے، پشادری قہوہ، قہوہ اجوان، قہوہ تیز پات، کلوئی، کھجور، خوبانی خشک۔

### غذا نمبر 6

کدو، میٹڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ میٹھا، امروہ، گرما، سردا، خر بوزہ پھیکا، مربہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤ زبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوچی، دودھ سویاں، میٹھا دلیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ حلیم، مسکٹ، کسٹر، جیلی، برنی، کھویا، گنڈیریاں، گنے کا رس، تربوز، شربت ہزوری، شربت بنفشہ

### غذا نمبر 5

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کچڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجریلہ، چاول کی کھیر، میٹھی کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، بھن، میٹھی لسی، الائچی، داند والا ٹھنڈا دودھ، مالٹا، سسی، میٹھا، لپچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آکس کریم، فالوہ، فروٹ، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔

### غذا نمبر 8

آلو گو بھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا راستہ، ہند گو بھی اور اس کی سلا، دہی، بھلے، آلوچھو لے، مکی کی روٹی، مٹر پلاؤ، چنے پلاؤ، مربہ سیب، مربہ بہی، خمیرہ مرادید، بنجر، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، انٹاس، رس بھری

### غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار بنزیاں، سلا، کے پتے، لٹوڑھے کا اچار، بگوکوشہ، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الائچی، شربت گوند، گوند کثیر اور بانگو، سیب



# جھگڑوں سے بچنے کے لیے آٹھ اصول

تحریر: بنت نوبت

کے والد نہ صرف انہیں سکول چھوڑ کر آیا کرتے تھے بلکہ صبح کا ناشتہ بھی اپنے ہاتھ سے بنا کر کرایا کرتے تھے۔ میاں کے ذہن میں یہ بات بیٹھ چکی تھی کہ بچوں کو سکول لے جانے کا فریضہ بنیادی طور پر ماں کا ہوتا ہے اور بیوی کے ذہن میں.....! قصہ مختصر، دونوں ماضی کے تجربات کو ابھی تک کیلجے سے لگائے ہوئے تھے اور ان کے برعکس ہونے والی کسی بات کو غلط تصور کرتے تھے۔ بات کچھ بھی نہ تھی، چھوٹا سا مسئلہ تھا جو صرف اتنا سمجھانے سے حل ہو گیا کہ اے خاتون! حضرات! ہر گھر کے معمولات اس کے ماحول اور افراد خانہ کی مصروفیات کے حساب سے ہوتے ہیں۔ اگر آپ کی والدہ آپ کو سکول چھوڑنے جایا کرتی تھیں تو اس کی وجہ یہ تھی کہ آپ کے والد کو نائٹ ڈیوٹی کرنا پڑتی تھی۔ اور وہ یہ ذمہ داری نبھانے کا وقت نہیں رکھتے تھے، اور اگر آپ کے والد نہ صرف ناشتہ کراتے تھے بلکہ سکول بھی چھوڑ کر آتے تھے تو اس کی وجہ یہ تھی کہ وہ صبح خیزی کے عادی تھے۔ اور آپ کی والدہ کو رات گئے تک جاگنے کی عادت تھی۔ جب آپ دونوں کے والدین نے ایک دوسرے کی مصروفیات اور عادات کے حساب سے ایک دوسرے سے سمجھوتہ کر لیا تو آپ کیوں نہیں کر سکتے؟ ماضی کے تجربات سے کوئی اچھی بات سیکھنے کے بجائے آپ انہیں غلط انداز میں دیکھ رہے ہیں۔ پہلے خود سے پوچھ تو لیجئے کہ آپ دونوں کے درمیان اس بات پر جھگڑا کیوں ہو رہا ہے؟ کوئی معقول وجہ نظر آئے تو جھگڑا بھی کر لیجئے گا۔ چونکہ دونوں کو کوئی معقول وجہ نظر نہ آئی اس لیے جھگڑا ختم ہو گیا اور دونوں کے درمیان بچوں کو سکول چھوڑنے کے ضمن میں ایک سمجھوتہ طے پا گیا۔ جو مشورہ ہم نے انھیں دیا، وہ بد الفاظ مختصر، یہ تھا کہ ماضی کی طرف مڑ کر دیکھنا صرف اس صورت میں مفید ہے جب آپ کوئی اچھی بات سیکھنا چاہتے ہوں، بصورت دیگر اپنی توجہ حال اور مستقبل پر مرکوز رکھنی چاہیے۔

## ۳۔ فیسے کو کنٹرول کرنا سیکھئے

غصے کے وجود کو تسلیم نہ کیا جائے تو وہ اندری اندر پکارتا رہتا ہے

ہمیشہ کھلی رکھئے۔ جذبات کے ہاتھوں مغلوب ہونے کی بجائے انصاف پسندی اور دیانتداری سے حالات اور واقعات کا جائزہ لیجئے۔ کسی وقت بیٹھ کر ٹھنڈے دل سے سوچئے۔ جس جیون ساتھی اور جس ازدواجی تعلق میں آپ کو کیڑوں کے علاوہ کچھ نظر نہیں آتا، ممکن ہے انہیں میں آپ کو اتنی اچھائیاں بھی نظر آجائیں کہ آپ خود بھی حیران رہ جائیں۔ بات کچھ عجیب سی ضرور معلوم ہوتی ہے۔ لیکن سچ ہے اور جھگڑوں سے نجات پانے اور ان کا سدباب کرنے کی راہ میں یہ پہلا قدم ہے۔

## ۲۔ بار بار ایک ہی بجٹی مت دہکائیے

اکثر جوڑوں میں ہونے والے جھگڑے عموماً ایک ہی بات پر ہوتے ہیں یعنی دونوں بار بار ایک ہی شکایت کو وجہ نزاع بنا کر جھگڑتے ہیں کبھی یہ شکایت پیسے کے معاملے میں ہوتی ہے۔ اور کبھی وقت اور توجہ کے معاملے میں۔ بات کہیں سے بھی شروع ہو، وہ کھینچ تان کر اس کا رخ اسی ایک مسئلے کی طرف موڑ دیتے ہیں اور بار بار جھگڑنے کے باوجود کبھی اس مسئلے کا حل نکالنے پر غور نہیں کرتے۔ ایک ہی بات بار بار کرنے سے اس کی تاثیر ختم ہو جاتی ہے۔ ایک ہی شکایت بار بار دہرانے سے اس کی اہمیت ختم ہو جاتی ہے۔ بجائے اس کے کہ آپ ایک ہی بات کے لیے بیٹھ جائیں اور ہمیشہ خود کو مظلوم ثابت کرنے کی کوشش کرتے رہیں۔ باہمی افہام و تفہیم سے اس شکایت کو دور کرنے کی کوئی راہ نکالئے۔

## ۳۔ مڑ کر ماضی کی طرف نہ دیکھئے

ماضی کے اچھے برے تجربے بڑے غیر محسوس انداز میں ہماری ازدواجی زندگی کے اہم بلکہ غیر اہم حصوں پر بھی اثر انداز ہوتے ہیں۔ مثال کے طور پر ایک دفعہ ہماری ملاقات ایک ایسے جوڑے سے ہوئی جن کے درمیان ہمیشہ اس بات پر جھگڑا چلتا رہتا تھا۔ صبح بچوں کو سکول کون چھوڑ کر آیا کرے گا۔ توڑی سی گفت و شنید کے بعد پتہ چلا کہ میاں کو اپنے بچپن کے وہ دن یاد تھے جب ان کی والدہ انہیں انگلی سے لگائے سکول چھوڑنے جایا کرتی تھیں جبکہ بیگم کو بھی اپنے بچپن کے وہ دن یاد تھے جب ان

بنیادی طور پر یہ آٹھ مشورے ان جوڑوں کے لیے ہیں جوڑ لڑ کر تنگ آچکے ہوں۔ دونوں کی سمجھ میں نہ آتا ہو کہ آخر ہم کیوں بار بار لڑنے پر مجبور ہو جاتے ہیں اور دونوں خلوص دل سے اس جھنجھٹ سے نجات چاہتے ہوں جو انہیں ہمیشہ خفی اور اعصابی تناؤ میں مبتلا رکھتا ہے۔ ان مشوروں سے ایسے افراد بھی فائدہ اٹھا سکتے ہیں جن کی کبھی اپنے جیون ساتھی سے لڑائی نہیں ہوئی اور وہ چاہتے ہیں کہ یہ خوشگوار صورتحال برقرار رہے۔ جی ہاں! ہمیں معلوم ہے کہ ازدواجی جھگڑوں کے موضوع پر ہم اس سے پہلے بھی بہت کچھ ارشاد فرما چکے ہیں لیکن ان مختصر اور مؤثر مشوروں کو پہلے کی گئی باتوں پر لگائی جانے والی گرہ سمجھئے۔ ممکن ہے یہاں کبھی جانے والی بعض باتیں آپ کو پہلے کبھی جانے والی باتوں کا اعادہ معلوم ہوں لیکن اگر اعادہ ہوا بھی ہے تو اس لیے کہ یہ باتیں آپ کے ذہن نشین ہو جائیں۔ ان باتوں کی اہمیت کے پیش نظر ان کا اعادہ ضروری تھا۔

## اس اپنی توجہ مثبت پہلوؤں پر رکھئے

جھگڑنے والے اکثر جوڑوں کو اپنے جیون ساتھی اور اپنے ازدواجی تعلق کی منفی پہلوؤں کو نوٹ کرنے کی بد عادت ہوتی ہے۔ وہ جب بھی حالات کا جائزہ لیتے ہیں انہیں خامیوں کے سوا کچھ دکھائی نہیں دیتا۔ ایسا نہیں کہ نو بیاں سرے سے غائب ہوتی ہیں لیکن اپنے جذبات کے ہاتھوں مغلوب ہو کر ان کی طرف سے آنکھیں بند کر لیتے ہیں اور آنکھ اوجھل پہاڑ اوجھل، بیچاری کس کھیت کی مولیٰ ہیں! چنانچہ ہمارا پہلا مشورہ یہ ہے کہ اپنی آنکھیں

## ایک خاص وظیفہ:-

اگر گھر کے آٹے پر سورۃ یسین 3 بار سورۃ منزل 7 بار سورۃ فاتحہ 7 بار چارے قل تین تین بار آیت الکرسی 3 بار آیت کریمہ 11 بار روزانہ پڑھیں پھر اسی آٹے کو گوندھیں اور روٹی پکائیں گھر میں کھائیں جو روٹی بچے پرندوں کو ڈالیں گھر کے جھگڑے اور اولاد کی نافرمانی کے لیے آزمودہ ہے (یہ عمل روزانہ کریں) (ازمدیر)

اور پھر ایک روز دھماکے سے پھٹ جاتا ہے۔ غصے کو بے سوچے کھجے بے لگام چھوڑ دیا جائے تو یہ مضبوط ترین تعلقات کو بھی دھماکے سے اڑا دیتا ہے۔ ان دونوں خطرات سے بچنے کے لیے ضروری ہے کہ آپ اپنے غصے کو بینڈل کرنے یعنی مثبت انداز میں اس پر قابو پانے کی کوئی حکمت عملی اختیار کریں۔ مثال کے طور پر، اگر شوہر کو کسی بات پر غصہ آتا محسوس ہو تو اسے چاہئے کہ اپنی بیوی کو حتی الوسع نرم اور حقیقت پسندانہ لہجے میں بتائے کہ اس کے اندر کوئی چیز پیک رہی ہے اور وہ اسے باہر نکالنا چاہتا ہے۔ بیوی ذہنی طور پر تیار ہو کر ایسا کرنے کی اجازت دے دے گی۔ اب شوہر کو چاہئے کہ اچھی طرح دل کی بھڑاس نکالے لیکن الزام تراشی، عیب جوئی اور ذاتیات پر حملہ آور ہونے سے گریز کرے۔ چونکہ بیوی پہلے سے تیار ہوگی۔ اس لیے شوہر کا غصہ اس کے لیے خطرناک حد تک تکلیف دہ ثابت نہیں ہوگا۔ جب دل کی بھڑاس نکل جائے تو وقتی طور پر دونوں خاموشی اختیار کریں اور بعد میں کسی وقت بیٹھ کر تبادلہ خیال کریں کہ اس غصے کی وجہ کیا تھی اس وجہ کو دور کرنے کے لیے کیا کیا جاسکتا ہے؟ غصے کو بینڈل کرنے کا یہ ایک بہترین طریقہ ہے۔

ماہرین کا کہنا ہے کہ جھگڑوں کا ازدواجی تعلق کیلئے مضر ہونا ضروری نہیں بشرطیکہ ان میں تشدد یا گالی گلوچ جیسے منفی عناصر شامل نہ ہو جائیں۔ اہم بات یہ ہے کہ غصے کے بعد آپ کس رو عمل کا اظہار کرتے ہیں۔ ایک ردِ عمل یہ ہو سکتا ہے کہ بعد میں دونوں کہنا سنا بھول جائیں لیکن ایسا کرنا ذرا مشکل ہوتا ہے۔ بہترین ردِ عمل وہی ہے جس کا ذکر ہم نے پہلے کیا یعنی ٹھنڈے دل اور مصفا شدہ انداز سے غصے کی وجوہات پر غور اور ان کے تدارک کا سامان کیا جائے۔

## ۱۵۔ اس ہاتھ دیجئے اس لیجئے

اس ہاتھ دے کر اس ہاتھ لینا سودے بازی کی بہترین شکل ہے۔ بشرطیکہ لی دی جانے والی چیزیں قدر و قیمت میں کم و بیش یکساں ہوں۔ ازدواجی زندگی میں بھی کئی مرتبہ ہمیں سودے بازی پر مجبور ہونا پڑتا ہے۔ اور جو لوگ اس ہنر کو سمجھ جاتے ہیں، وہ پھر کبھی اپنے جیون ساتھی سے غیر ضروری باتوں پر جھگڑے نہیں۔ شادی نفی نفی کا سودا نہیں ہے لیکن اس نفی نفی کا سودا بنایا جاسکتا ہے۔ اگر آپ اپنے جیون ساتھی سے کچھ چاہتے ہیں تو اس کے سامنے اپنی طلب کا ذکر کیجئے اور بدلے میں اسے کوئی چیز

پیش کیجئے۔ اگر آپ کی پیش کردہ چیز قدر و قیمت میں مانگی جانے والی چیز کی برابر ہوئی تو آپ کی طلب پوری ہو جائے گی۔ مثال کے طور پر ایک خاتون کو اپنے شوہر کی اس عادت سے بہت چڑھتی تھی کہ وہ سگریٹ کی راکھ جھانڈنے کے لیے الیش ٹرے کا استعمال کرنا غیر ضروری سمجھتا تھا اور باتیں کرتے کرتے جہاں جی چاہے بڑی بے تکلفی سے چٹکی بجا کر راکھ جھاڑ دیتا تھا۔ ان کی اس بے تکلفی کی فکری علامات ننھے ننھے بھول اور سوراخوں کی شکل میں گھر کی دروایوں، چادروں، پردوں، صوفوں اور پلاسٹک کورز پر نمودار ہو چکی تھی۔

شوہر کی یہ عادت چھڑانے کے لیے خاتون نے انہیں پیشکش کی کہ اگر وہ جابجا سگریٹ کی راکھ جھانڈنا بند کر کے الیش ٹرے استعمال کرنا شروع کر دیں تو وہ ہر دفعہ ان کی فرمائش پر ان کی پسندیدہ چیز پکا دیا کرے گی۔ شوہر کو یہ سودا اچھا معلوم ہوا چنانچہ انہوں نے اپنی عادت چھوڑ دی اور بیگم نے ان کی فرمائش پوری کرنی شروع کر دیں۔ بہت سے معاملات میں ایسی چھوٹی چھوٹی خوشگوار سودے بازیوں کی گنجائش نکل آیا کرتی ہے۔ محبت میں کاروبار اگرچہ بڑی چیز ہے لیکن کبھی کبھی تھوڑی سی کاروباری سوچ اپنالنے میں کوئی حرج نہیں۔

## ۶۔ اپنی توقعات کو کنٹرول میں لائیے

ایک صاحب کو اپنے کام کی وجہ سے گھر پہنچتے ہوئے اکثر دیر ہو جاتی تھی اور ان کی بیگم ہمیشہ اس بات پر اس سے جھگڑا کیا کرتی تھیں۔ صاحب کی مجبوری تھی کہ ان کا کام ہی اس نوعیت کا تھا۔ کہ وہ وقت پر گھر پہنچنے کی ضمانت نہیں دے سکتے تھے۔ اور بیگم کی یہ مجبوری تھی کہ وہ شوہر کے بروقت گھر پہنچنے کی توقع لگانے سے خود کو باز نہیں رکھ سکتی تھی۔ جھگڑے آہستہ آہستہ طول کھینچتے ہوئے خطرناک حدود میں داخل ہو رہے تھے۔ جب ہماری ان سے ملاقات ہوئی تو ہم نے مشورہ دیا کہ سب سے پہلے وہ اس بات کا فیصلہ کر لیں کہ دونوں میں کس کی مجبوری زیادہ آسانی سے کنٹرول میں لائی جاسکتی ہے منطقی بات تھی چند لمحوں میں فیصلہ ہو گیا کہ بیگم کی مجبوری کو کنٹرول میں لانا زیادہ آسان ہے کیونکہ یہ سراسر ان کی ذاتی سوچ کا شاخسانہ تھی۔ سوال یہ تھا کہ یہ کام کیسے کیا جائے؟ ہم نے خود مشورہ دینے کے بجائے بیگم صاحبہ کو سوچنے کا موقع دیا کیونکہ ہم جانتے تھے کہ ان کے

لئے وہی حل قابل قبول ہوگا جو وہ خود تلاش کریں گی کیونکہ مسئلہ بھی ان کی سوچ کا ہی پیدا کیا ہوا ہے۔

چونکہ بیگم مسئلے کے حل میں مخلص تھیں، اس لئے کچھ دیر سوچنے کے بعد انہوں نے فیصلہ کیا کہ بجائے شوہر کا انتظار کرنے کے، کوئی ایسا مشغلہ اپنالیں گی جو ان کے فارغ وقت کا اچھا مصرف ثابت ہو سکے۔ وہ کبھی یہ توقع کریں گی ہی نہیں کہ ان کے شوہر اس وقت یا اس وقت گھر پہنچ جائیں گے۔ مصروفیات مل جائے گی تو ان کے لئے ایسا کرنا آسان ہو جائے گا۔ چنانچہ انہوں نے فارغ وقت گزارنے کے لیے کروشے کا کام سیکھنے کا مشغلہ اپنایا۔ ایسا کرنے سے انہیں تین فائدے ہوئے۔ پہلا یہ کہ ایک ہنر سیکھنے کا سامان پیدا ہو گیا۔ دوسرا یہ کہ خالی الدینی سے نجات مل گئی۔ تیسرا یہ کہ ان کی مصروفیت کے درمیان جب کبھی ان کے شوہر وقت پر گھر پہنچ جاتے تھے تو انہیں ایک خوشگوار سر پر اثر مل جاتا تھا۔

ہم نے ایک کا ذکر کیا ہے۔ لیکن ایسی غیر منطقی توقعات اور بھی ہوتی ہیں۔ دیکھنے میں یہ بہت بڑی بڑی نظر آتی ہیں لیکن ایسے ہی چھوٹے چھوٹے سادہ سے طریقوں کو استعمال کر کے ان کو قابو میں لایا جاسکتا ہے۔ آپ بھی اپنی ازدواجی زندگی کا جائزہ لیجئے اور اگر کہیں آپ کو ایسی غیر منطقی توقعات کا ڈیرہ نظر آئے تو وقت ضائع کیے بغیر انہیں اکھاڑ مٹھکیے۔ طریقہ انتخاب کرنے کا اختیار ہم آپ کو دیتے ہیں۔

## ۷۔ مسئلے کے پیچھے چھپے ہوئے مسئلے کو دیکھنا سیکھئے

بعض اوقات ایسا ہوتا ہے کہ جھگڑنے والے اپنے تئیں فرض کئے ہوتے ہیں کہ انہیں اپنے جھگڑوں کی وجوہات بخوبی معلوم ہیں۔ پیسہ، وقت، جذباتی مشکلات وغیرہ وغیرہ۔ لیکن اکثر اوقات یہ وجوہات محض علامات پیدا کرنے کا اصل سبب بن رہی ہیں لیکن چونکہ یہ وجوہات پوشیدہ ہوتی ہیں اس لیے جھگڑنے والے ان کے وجود سے بے خبر رہتے ہیں ان وجوہات کو جاننے اور ختم کرنے کے لیے آپ کو ان عوامل کا تجزیہ کرنا پڑتا ہے جو موجودہ صورت حال کو پیدا کرنے کا باعث بنے ہیں۔ حالات کا کوئی ایک سراپکڑ لیجئے اور قدم بقدم چلتے جائیے۔ جلد یا بدیر آپ حقیقی وجہ تک پہنچ جائیں گے یہ حقیقی وجہ کچھ بھی ہو سکتی ہے۔ ہو سکتا ہے کہ آپ اپنے جیون ساتھی کا ذہنی رابطہ استوار کرنے میں کامیاب نہ ہو سکے ہوں ہو سکتا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

# اے کس مل کر دعا کریں

## اسم اعظم کے ذکر کی روحانی محفل

### اسم اعظم سے روحانی و جسمانی مشکلات کا یقینی حل

میرے چہرے پر دانے نکلتے ہیں

(☆ محمد عثمان الملم - ٹوبہ ٹیک سنگھ) اسلام علیکم! حکیم صاحب میرا ایک مسئلہ ہے میں اس کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔ حکیم صاحب میری عمر بیس سال ہے۔ میرے چہرے پر دانے نکلتے ہیں جو بعد میں کالے داغ چھوڑ جاتے ہیں حکیم صاحب سب سے بڑا مسئلہ یہ ہے کہ میرے چہرے پر بہت بال نکل آئے جو آہستہ آہستہ پورے چہرے پر پھیل رہے ہیں تھریڈنگ بھی کرتا ہوں جس کی وجہ سے وہ گرے ہو رہے ہیں۔ اور اپنی دعاؤں میں یاد رکھنا۔ شکریہ۔

جو میرے اپنے تھے وہ دشمن ہو گئے ہیں

(☆ شبیر احمد فاروقی) حکیم صاحب! میں عرصہ ۱۱ سال سے بڑی مشکلوں میں گھرا ہوا ہوں میرا کام چھوٹ گیا ویزہ ختم ہو گیا جن جن سے پیسے لینے ہیں وہ دینے کا نام نہیں لیتے اور جو میرے اپنے تھے وہ دشمن ہو گئے ہیں اب جس کام کو ہاتھ لگاتا ہوں اس میں نقصان ہی نقصان ہوتا ہے کوئی بھی کام شروع کروں تو بہت نقصان ہوتا ہے۔ اب تو بڑی مفلسی کی زندگی گزار رہا ہوں کچھ پاس نہیں اللہ کریم اور اس کے رسول ﷺ کا آسرا ہے تو وقت گزر رہا ہے ایک دوست کے پاس ۱۵۰ روپے روزانہ کی مزدوری کر کے گھر واپس شام کو گزرا کر رہتا ہوں دولہے ہیں ایک کا نام محمد اسحاق فاروقی اور دوسرے کا نام محمد اویس فاروقی ہے اور دونوں پڑھتے ہیں لیکن آج کے دور میں وقت نہیں گزرتا۔ بہت سے دوست کہتے ہیں کہ تمہاری روزی کسی نے بند کر دی ہے کالے جادو سے نماز بھی پڑھتا ہوں حج بھی کیا ہے کسی سے دعا بھی نہیں کیا یہ نہیں اللہ کریم نے اتنی مشکل وقت میں کیوں ڈال دیا ہے اور میں زیادہ پڑھا لکھا بھی نہیں ہوں۔ اور میرے لئے دعا فرمائیں۔ آپ کیلئے دعا گو شبیر فاروقی

تایا نے پورے گھر پر قبضہ کیا ہوا ہے

(☆ اش چکوال) سلام مسنون! مسئلہ یہ ہے کہ میرے ابو تین بھائی ہیں ہمارے گھر کا جوائنٹ فیملی سسٹم ہے میرے

جیسا کہ قارئین کو معلوم ہے کہ ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس مسنون ذکر خاص مراقبہ بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دو دروازے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ ذکر میں درود شریف سورہ فاتحہ سورہ الم نشرح سورہ اخلاص آیت کریمہ اسم الحسنى اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جسے اس دعا میں شامل کیا جائے گا۔ اس کے علاوہ تمام احباب شریک محفل یا ممبران عبقری سے درخواست ہے کہ وہ اپنی دعاؤں کے ساتھ ان لوگوں کے لئے بھی دعا کریں۔

نمبر ۳۔ میری چھوٹی ہمیشہ جنگی عمر تقریباً ۲۲ سال ہے۔ ان کو بچپن میں منویا ہو گیا۔ اب اس کے اثرات دمہ کی صورت میں ظاہر ہوئے ہیں۔ ہلکی تکلیف ہے۔ لیکن بڑھنے کا اندیشہ ہے۔ موصوفہ عالمہ ہیں ایک مدرسہ میں پڑھاتی ہیں۔ بیماری کی وجہ سے سبق میں حرج ہوتا ہے۔

نمبر ۴۔ میرے تایا جان جن کی عمر تقریباً ۸۰ سال ان کو دو ماہ سے فالج ہے۔ دماغ اور زبان پر زیادہ اثر ہے۔ سوچ بالکل ختم ہو گئی۔ بولنا بھی بند ہے۔

نمبر ۵۔ میری ایک عزیزہ جنگی عمر تقریباً ۱۵، ۱۶ سال ہے۔ ان کی ناک کی ہڈی بڑھ جاتی ہے۔ دو تین آپریشن بھی ہوئے۔ لیکن فائدہ نہیں ہوا سردیوں میں ناک بند ہو جاتا ہے۔ جس سے سانس لینے میں دشواری ہوتی ہے۔ حضرت بہت سے مسائل ایک ہی خط میں لکھ دیے۔ جب انسان پریشان حال ہو جس طرف بھی امید کی کرن نظر آتی ہے۔ اس طرف پیاسے آدمی کی طرح دوڑ پڑتا ہے۔ دعاؤں میں یاد رکھنا۔

تایا (ج) سے ہماری لڑائی ہوئی ہے اور پانچ سال سے ناراضگی چل رہی ہے۔ ہمارا گھر کافی بڑا ہے لیکن میرے تایا نے پورے گھر پر قبضہ کیا ہوا ہے۔ اور ہمیں ایک کمرہ دیا ہوا ہے حکیم صاحب ہم پانچ بھینس ہیں اور ہمارا ایک بھائی ہے میری دو بہنیں حافظ قرآن ہیں۔ بھائی ابھی چھوٹا ہے کمانے کے قابل نہیں ہے۔ حکیم صاحب! آپ جانتے ہیں ایک کمرے میں گزارہ کرنا کس قدر مشکل کام ہے میری تین بہنیں جوان ہیں جس کی وجہ سے ابو کی پریشانی مزید بڑھی ہوئی ہے آپ خود سوچیں ایک کمرے میں رہ کر ہم کیا کر سکتے ہیں مہمان بھی اپنے گھر نہیں سلا سکتے۔ غریبی کی وجہ سے رشتہ دار بھی ہمارے گھر نہیں آتے۔ ابو مزدوری کرتے ہیں اتنا کماتے ہیں کہ ہم دو وقت کا کھانا مشکل سے کھا سکتے ہیں۔ کمائی کا اور کوئی ذریعہ نہیں ہے۔ ابو نے جب تایا سے مکان کا حصہ مانگا تو صاف انکار کر دیا۔ ابو نے بہت کہا میرے بچے جوان ہو گئے اب مجھے مکان کا حصہ دو تو لڑنا شروع کر دیا کہہ رہا تھا رہنا ہے تو ایک کمرے میں رہو ورنہ یہاں سے بھی چلے جاؤ۔ اپنی دعاؤں میں ہمیں یاد رکھنا۔ والسلام

امید کی کرن نظر آتی ہے

(☆ عبدالرؤف - حضرو، انک)

السلام علیکم! نمبر ۱۔ میرے بڑے بھائی کی شادی کو تقریباً ۱۰ سال کا عرصہ گزر گیا ہے لیکن اولاد کی نعمت سے محروم ہیں ہر قسم کے علاج تعویذ کرائے لیکن فائدہ نہیں ہوا۔ طبعی لحاظ سے دونوں ٹھیک ہیں ہر قسم کے میٹ کروائے۔ ایک عامل نے بتایا کہ جادو کے ذریعہ بندش ہے۔ دو تین مرتبہ استقرار حمل ہوا لیکن دو تین ماہ کے بعد ختم ہو گیا۔ دونوں میاں بیوی شریعت کے پابند ہیں۔ اس مسئلہ کا کوئی حل تجویز فرمائیں۔ نمبر ۲۔ میرے والد صاحب کو عرصہ ۲۰ سال سے دمہ کا مرض ہے اب کچھ عرصہ سے ہر گھنٹہ دو گھنٹہ کے بعد چھوٹے پیشاب کی حاجت ہوتی ہے۔ کافی تکلیف ہے۔ ایکسے کے مطابق غدد بڑھ گئے ہیں۔ جن کی وجہ سے تکلیف ہے۔ عمر تقریباً ۶۰ سال ہے۔

قیمتی رائے کا انتظار

معزز قارئین یہ رسالہ آپ کا اپنا ہے، کیا آپ کوئی ایسا کام کرنا چاہتے ہیں جس سے مخلوق خدا کو نفع ہو، یقیناً آپ کا جواب ہاں ہی ہوگا، تو پھر ماہنامہ عبقری کے صفحات پر اپنی توجہ مرکوز کیجئے، آپ نے ضرور محسوس کیا ہوگا کہ یہ رسالہ سراسر مخلوق خدا کے لئے نفع رساں ہے، آئیے آپ بھی اپنا حصہ ملائیے، آپ اپنی قیمتی آراء جو اس رسالے کی بہتری میں ہماری مددگار ثابت ہو سکیں ہمیں ضرور ارسال کریں، تاکہ اس رسالے کو ایک معیاری بنا کر مخلوق خدا کے روحانی، جسمانی اور نفسیاتی مسائل کے حل کا ٹھیک خادم ثابت کیا جاسکے۔

اپنے قیمتی مشورے مندرجہ ذیل ای میل پر بھیج سکتے ہیں

ubqari@hotmail.com



نام محمد رکھنے کی برکات :- روایت سیدنا ابن عباس ؓ قال قال اللہ رسول اللہ ﷺ "إِذَا كَانَ يَوْمُ الْقِيَمَةِ نَادَى مُنَادٍ إِلَّا لِيَقُمْ مَنِ اسْمِهِ مُحَمَّدٌ أَوْ أَحْمَدٌ وَلَيْدُ خُلِّ الْجَنَّةِ كِرَامَةُ مُحَمَّدٍ" روز قیامت منادی ندا کرے گا، خبردار! جس کا نام محمد یا احمد ہے وہ کھڑا ہو جائے اور جنت میں داخل ہو جائے اور یہ اعزاز اور کرمۃ باسم پاک محمد ﷺ ہے۔ ایک روایت میں فرمایا: اللہ تعالیٰ نے ایسے فرشتے پیدا فرمائے ہیں جو تمام روئے زمین پر پھر کر اس گھر کی زیارت کرتے ہیں جس میں کوئی محمد یا احمد نامی شخص ہوتا ہے۔ محبوب کے نام سے مشابہت کا انعام :- نیز حدیث قدسی میں فرمایا: "اَسْتَحْيِي اِنَّ عَذَابَ النَّارِ مَنِ اسْمُهُ حَبِيبِي" اللہ تعالیٰ حیا کرتا ہے کہ جہنم کا عذاب دے جس کا نام میرے حبیب کے نام پر ہو۔

اسم محمد کے طفیل فتح مل گئی :- قبیلہ بکر بن وائل کے سردار حارثہ کی فوج کا فارس کی عظیم الشان فوج سے ٹکراؤ ہوا اس وقت تک حارثہ مسلمان نہیں ہوئے تھے مگر دل میں محبت رسول ﷺ کی ایک چنگاری دہی ہوئی تھی۔ حارثہ کی فوج نہایت کمزور، مقابلہ پر ایک طاقتور فوج، حارثہ حیران و پریشان کچھ اور نہ سوچا کہ اچانک اعلان کر دیا ہمارے لشکر کا نشان "محمد ﷺ" ہے۔ اللہ اکبر! فارس کی طاقتور فوج سے مقابلہ ہوا اور آن کی آن میں وہ شکست کھا گئی۔ اسم محمد ﷺ کے طفیل حارثہ کو شاندار کامیابی نصیب ہوئی اور فتح و نصرت نے ان کے قدم چومے۔

آپ ﷺ کے لعاب مبارک کی برکات :- ابو الحسن السید نور الدین علی شطرنی نے ہمیشہ الاسرار شریف میں ارقام فرمایا: میں نے معلم الکتاب والکلمہ ﷺ کی قبل از نماز ظہر بحالت بیداری زیارت کی تو آپ ﷺ نے فرمایا بیٹا وعظ کیوں نہیں کہتے؟ عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ میں غمی ہوں اور اہل بغداد فصیح عربی، میں عربی میں کیسے وعظ کروں آپ ﷺ نے فرمایا منہ کھول۔ میں نے منہ کھولا تو سرکارِ دو عالم ﷺ (بقیہ صفحہ نمبر 17 پر)

## چیل نے اوپر سے ایک بڑا سا سسکتا ہوا گرگٹ نیچے گرا دیا

آپ بھی اپنے مشاہدات لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے رابطہ ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنوار لیں گے۔

### میری مرلیضانہ زندگی کا عجیب و غریب واقعہ

حکیم محمد انور صاحب برہان پوری کے استاد مولانا بلو بکر صاحب ایک بزرگ اور متقی آدمی ہیں۔ ان کی اہلیہ عرصے سے خنازیر (کلٹھ مالا) میں مبتلا تھیں۔ ایک گلٹ پک پھوٹ چکی تھی، ہلکا بخار ہوتا تھا۔ کھانسی بھی تھی۔ کافی کمزور ہو چکی تھیں۔ ایک دن مولانا نے مریضہ کو مجھے دکھایا۔ بیماری کھلی ہوئی تھی۔ تشخیص اور تجویز میں کوئی الجھن نہ تھی۔ میں نے پینے کی دواؤں کے ساتھ ہی بیرونی استعمال کیلئے بھی ایک تیل تجویز کیا، جس میں تقلید اور اختراع دونوں کی جھلک تھی۔ نسخہ یہ تھا روغن خنازیر تولے میں ایک چھپکلی گھر ہی میں مل گئی لیکن گرگٹ کی تلاش جاری رہی۔ ضرورت کے وقت اس کا ملنا ذرا دشوار معلوم ہو رہا تھا مولانا نے دو چار آدمیوں سے کہہ دیا تھا کہ ایک بڑا سا گرگٹ دوا کیلئے چاہئے کہیں مل جائے تو ابھی لے آئیں۔ قریب ہی قبرستان تھا، جہاں ایلوں اور شریفوں کے پیڑوں پر گرگٹ مل جایا کرتے تھے لیکن اس وقت وہاں کوئی گرگٹ نظر نہیں آیا۔ تلاش کے بعد ایک صاحب نے واپس آکر جواب دیا۔

"مولانا! گرگٹ تو نہیں ملا، دوسرے صاحب نے بھی کچھ ایسا ہی جواب دیا۔ روغن خنازیر کڑا ہی میں الٹ کر چھپکلی اس میں ڈال چکے تھے۔ یہ جواب سن کر کچھ خاموش سے ہو گئے۔ وہ اپنے مکان کے گھن میں کھڑے کچھ سوچ رہے تھے کہ اسی وقت ایک چیل فضا میں اڑتی ہوئی نظر آئی اور اس نے اوپر سے ایک بڑا سا سسکتا ہوا گرگٹ نیچے گرا دیا، جو مولانا کے سامنے ہی آکر گرا۔ انہوں نے جلدی سے گرگٹ کو اٹھا لیا اور تیل میں ڈال کر میرے پاس لائے اور کہنے لگے۔ چھپکلی تو آسانی سے مل گئی تھی لیکن گرگٹ نہیں مل رہا تھا، خدا نے اس وقت وہ بھی ایک چیل کے ذریعہ بھیج دیا ہے۔" یہ کہہ کر انہوں نے مجھے پورا واقعہ سنایا تو میں حیران رہ گیا اور چپکے چپکے سوچنے لگا، مولانا پوچھ رہے تھے۔ "کیا دونوں چیزوں کو لوہے کی کڑا ہی میں جلا لیا جائے؟"

"جی ہاں، جلا لیجئے، مگر اس تیل کو بہت احتیاط سے رکھیے

گا۔ میرا خیال ہے کہ یہ ایک کیسی اثر چیز ثابت ہوگی۔ گرگٹ کا اس طرح حاصل ہو جانا ایک عجیب و غریب واقعہ ہے اور مجھے یقین ہے کہ چیل نے آپ کو وہی گرگٹ دیا جو اس مقصد کیلئے مخصوص چیز ہے اب تک میں چیل کو نوخوس پرندہ سمجھتا تھا لیکن آج پتہ چلا کہ یہ بہت کارآمد ہے۔"

مولانا نے حضرت عائشہ صدیقہؓ کے حوالہ سے ایک ہار کے کرنے اور پھر چیل کے ذریعہ سے اس کے مل جانے کا واقعہ سناتے ہوئے کہا کہ کسی چیز کو بے کار نہیں کہا جاسکتا۔" تیل تیار ہو جانے پر اس کا استعمال شروع کیا گیا۔ آہستہ آہستہ مریضہ صحت یاب ہونے لگی۔ چند روز ہی میں رستی ہوئی گلٹی بھر کر خشک ہو گئی۔ دوسری گلٹیاں بھی دھیرے دھیرے تحلیل ہوتی گئیں۔ بخار رفع ہو گیا اور کھانسی بھی دور ہوتی گئی اور طاقت میں بھی اضافہ ہوتا گیا۔ اب مریضہ میں کافی قوت ہے۔ بیماری کے ظاہری آثار باقی نہیں رہے۔ گلٹیاں چنے سے بھی چھوٹی رہ گئیں ہیں اور ان کے تحلیل ہونے کی رفتار سے ظاہر ہو رہا ہے کہ جلد ہی بالکل کھل جائیں گی۔ مولانا کے پاس تیل ابھی کافی مقدار میں باقی ہے اور جب بھی وہ میرے پاس آتے ہیں ان سے عرض کر دیتا ہوں کہ "قبل! اس کراماتی تیل کو احتیاط سے رکھئے گا وہ بہت کام کی چیز ہے۔" اور مولانا صرف مسکرا دیتے ہیں۔ یہ فیصلہ میں نہیں کر سکا کہ اس واقعہ میں طبعی کمالات کو زیادہ دخل ہے یا مولانا کی کرامت کو ممکن ہے یہ دونوں ہی چیزیں کار فرما ہوں۔ سائنس کے اس موجودہ دور میں ہی مذہبی چیز کو کہاں تک اہمیت دی جا سکتی ہے اس کا تعقیب ہر شخص آسانی سے کر سکتا ہے۔ (حکیم علی کوثر۔ چاند پوری) (بقیہ صفحہ نمبر 35 پر)

### خوشخبری

ملک بھر سے محنتی، تجربہ کار اور صاحب اخلاص احباب کی ضرورت ہے جو عبقری کے زیادہ سے زیادہ سالانہ نمبر بنانے میں مدد کریں۔ دس سالانہ نمبر بنانے پر ایک اعزازی سالانہ نمبر شہر دی جائیگی خواہش مند حضرات فوری رابطہ کریں۔

فون 0322-4688313 موبائل نمبر 042-7552384

# یا احسان یا امان

جب مانگا جائے  
تو عطا کرتا ہے

اسمِ اعظم

حدیث: حضرت انس بن مالک رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ آنحضرت ﷺ نے ارشاد فرمایا جب تجھے کسی حاجت کی طلب ہو اور تو اس فائز المرام ہونا چاہے تو یہ پڑھ:

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ، لَا شَرِيكَ لَهُ،  
الْعَلِيُّ الْعَظِيمُ، لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ، لَا  
شَرِيكَ لَهُ الْحَكِيمُ الْكَرِيمُ، بِسْمِ اللَّهِ  
الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْحَكِيمُ، سُبْحَانَ  
اللَّهِ رَبِّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ، أَلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ  
الْعَالَمِينَ (كَانَ يَوْمَ يَرُونَ مَا يُوْعَدُونَ،  
لَمْ يَلْبُثُوا إِلَّا سَاعَةً مِنْ نَهَارٍ بَلَاغٌ) فَهَلْ  
يُهْلِكُ إِلَّا الْقَوْمَ الْفَاسِقُونَ (كَانَ يَوْمَ  
يَرَوْنَهَا لَمْ يَلْبُثُوا إِلَّا عَشِيَّةً أَوْ ضُحَاهَا) اللَّهُمَّ  
إِنِّي أَسْأَلُكَ مُوجِبَاتِ رَحْمَتِكَ وَعَزَائِمَ  
مَغْفِرَتِكَ وَالْغَنِيمَةَ مِنْ كُلِّ  
بَرٍّ وَالسَّلَامَةَ مِنْ كُلِّ إِسْمٍ اللَّهُمَّ لَا تَدْعُ لَنَا  
ذَنْبًا إِلَّا لَفَرْجَتُهُ، وَلَا دَيْنًا (إِلَّا قَضَيْتَهُ، وَلَا  
حَاجَةً مِنْ حَوَائِجِ الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ إِلَّا  
قَضَيْتَهَا بِرَحْمَتِكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ .

ترجمہ: اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں، وہ اکیلا ہے اس کا کوئی شریک نہیں، وہ علیٰ وعظیم ہے۔ اللہ کے سوا کوئی معبود نہیں، وہ اکیلا ہے اس کا کوئی شریک نہیں، وہ حکیم و کریم ہے۔ اللہ کے اس نام کے ساتھ دعا کرتا ہوں جس کے سوا کوئی معبود نہیں مگر وہی، وہ ہی و حکیم

نانا یا محمد کا نسخہ کا لا یرقان :- پھول گلاب ایک تولہ، چیرا تا کیرا تا ایک تولہ، انیسٹین ایک تولہ، ترجمین ایک تولہ، کالی جیری ایک تولہ، جو امین ایک تولہ، سونف ایک تولہ، بت پاڑا ایک تولہ، سنا کی 4 ماشہ، جانتل 4 ماشہ، بھجور 4 دانے، کشمش 5 دانے، الماس ایک تولہ، آلو اہلی ایک تولہ۔ ترکیب: ڈیڑھ کلو پانی میں تمام اجزاء کو ابالیں جب پانی آدھا کھورہ جائے چھان کر آدھا کپ صبح و شام 15 دن لگا تا استعمال کریں۔ (مرسلہ عطا محمد)

## صلاح الدین ایوبیؒ کا ظرف

ایک انگریز ”شرلی کے“ لکھتا ہے کہ

صلاح الدین ایوبیؒ کا نام بلا امتیاز مسلک و سیاسی و علاقائی وابستگی، تمام عالم اسلام کے لئے محترم ہے۔ صلیبی جنگوں میں ان کا کردار ہر مسلمان کیلئے لائق ستائش ہے اور اہل صلیب کے مقابل ان کا سینہ سپر ہو جانا ہر قسم کے شک و شبہ سے بالاتر ہے۔ ان کے اعلیٰ ترین انسانی رویوں کے معترف مسلمان ہی نہیں بلکہ انصاف پسند، غیر مسلم بھی رہے ہیں چنانچہ ایک انگریز ”شرلی کے“ ان متعلق لکھتا ہے۔

”صلاح الدینؒ نے ایک متحدہ مضبوط مسلم سلطنت بنانے کا کام شروع کیا اور جلد ہی وہ دو سو برس پرانی عرب مملکت پر حکمرانی کرنے لگا۔ جوں جوں وہ مضبوط ہوتا گیا، زیادہ مہربان اور رحمدل ہوتا چلا گیا۔ اسے لوگوں کو مارنے میں کوئی لطف نہ آتا تھا اور عرب اور عیسائی جنگجو اس کے ہاتھوں جان و فوج جانے پر حیران ہوتے تھے۔ جب کہ اگر انہیں موقع مل جاتا تو وہ صلاح الدینؒ کی جان لینے سے نہ چوکتے۔ صلاح الدینؒ ہمیشہ اپنے تمام وعدے پورا کرتا، حالانکہ اس زمانے میں وعدہ پورا کرنا کوئی بھی ضروری نہیں سمجھتا تھا۔“

آگے چل کر یہی مصنف سلطان صلاح الدین ایوبیؒ کے لئے لکھتا ہے کہ صلاح الدینؒ عیسائی، جنگجو رینالڈ سے شدید نفرت کرتا تھا، کیوں کہ مسلمانوں اور صلیبیوں کے درمیان جب بھی صلح نامہ ہوتا، یہ اس کو توڑ دیتا اور اپنے قلعے کے پاس سے گزرنے والے تاجروں اور حاجیوں کے قافلوں پر حملے کرتا۔ مجبوراً صلاح الدینؒ نے رینالڈ کے قلعے پر حملہ کر دیا لیکن ذرا صلاح الدین ایوبیؒ کا ظرف ملاحظہ ہو کہ اس نے رینالڈ کے بیٹے کی رہائش گاہ پر حملہ نہ کرنے کا حکم دیا کہ اس میں نیا شادی شدہ جوڑا قیام پذیر تھا۔ مصنف لکھتا ہے۔

”ہوا یوں کہ رینالڈ کے جوان بیٹے اور بادشاہ

# بڑی بڑھئیوں کے آرموڈ گریڈنگ

گھر بنانے، گھر سجانے، گھر سنوارنے اور گھر بھر کی صحت کے لئے

## چند مفید مشورے

☆ مہاسوں اور وھایت ہیڈز کو نوچیں اور نہ ہی انہیں دبائیں۔

☆ اگر جلد بہت زیادہ چمکنی ہو تو کم سے کم میک اپ کا استعمال کریں۔

☆ ہلکے صابن اور پانی سے دن میں کم سے کم تین مرتبہ منہ دھوئیں۔

☆ جلد کے مسامات کو ٹون کرنے کیلئے اکھل کے اساس پر مٹی ایئر فحٹ سے دن میں کئی مرتبہ منہ صاف کریں۔

☆ پانی پر مبنی کاسمیٹکس اور پاؤڈر میک اپ مصنوعات استعمال کریں۔

☆ گھر کے بنے ہوئے کاسٹیک کی مدد سے باقاعدگی کے ساتھ جلد کی صفائی کریں۔

☆ بڑے مسامات کو بند کرنے کیلئے گھر کے بنے ہوئے نسخہ جات سے تونگ کرنا خاصا مفید رہے گا۔ وھایت ہیڈ بلیک ہیڈ یا مہاسوں کو نکالنے کے بعد مسامات کو بند کرنے میں مدد ملتی ہے۔ انہیں اوٹن یا فیشل ماسک کے طور پر استعمال کیا جاسکتا ہے۔

## موسم گرما میں جلد کی حفاظت

جلد کی گرمی کو ختم کرنے کے لئے گنگے (یعنی نیم گرم) پانی سے غسل کیجئے۔ جب کہ ٹھنڈا پانی گرمی سے جلد کی رگوں کے پھیلنے کی وجہ سے ہونے والے ورم اور رد کو دور کرتا ہے۔ غسل کے بعد نرم تیل سے اپنی جلد کو آہستہ آہستہ خشک کر لیجئے۔

## ایجنسی کے خواہشمند توجہ فرمائیں:

ملک بھر سے "ماہنامہ عبقری" کی ایجنسی حاصل کرنے کے خواہشمند اور موجودہ ایجنسی ہولڈر معاملات طے کرنے اور اپنی ڈیمانڈ کیلئے اس پتہ پر رابطہ فرمائیں:

ادارہ اشاعت الخیر

حضور بی باغ روڈ، ملتان۔

فون: 061 4514929- 0300-7300-1239

## سرکی خشکی سے نجات

بیسن میں اینڈاملا کر بالوں میں خوب رگڑیں اس کے بعد شیپو سے بالوں کو دھو ڈالیں۔

## خوبصورت پاؤں کے لیے

گرم پانی میں زیتون کا تیل ملا کر اس میں پیر 15 یا 20 منٹ تک رکھیں۔ پاؤں کی جلد نرم ہونے کے بعد اس کو اچھی طرح رگڑیں جس سے مردہ جلد کھڑ آئے گی پھر لیموں کے چھلکے پاؤں پر ملیں۔ پیروں پر کوئلہ کریم روزانہ ملیں۔ زیتون کے تیل والا عمل ہفتے میں دو مرتبہ ضرور کریں اس سے پیر صاف سحرے اور خوبصورت ہو جائیں گے۔

## جلد ناہیٹ کرنے والا ماسک

کھیرا کدو کش کر کے دواٹھوں کی سفیدی کے ساتھ حل کر لیں۔ اس میں چائے کا ایک چمچہ لیموں کا عرق کھانے کے دو چمچہ سرکہ اور چائے کا نصف چمچہ پودینہ کا سفوف ملا لیں۔ اگر آمیزہ بہت پتلا بنا ہو تو اس میں تھوڑی سی سفید مٹی ملا لیں۔ اور 20 منٹ تک لگا رہنے دیں۔ پھر صاف پانی سے دھو ڈالیں۔ ہفتہ میں کم سے کم دو مرتبہ اس نسخہ کو استعمال کریں۔

## کارن میٹ الاٹ میل ماسک

بٹرملک یا کھیرے کے عرق میں گندم کا دیہ ملا کر گاڑھا پیسٹ بنالیں۔ چہرہ پر اس کا لیپ کر کے پندرہ منٹ لگا رہنے دیں اور پھر دھو ڈالیں۔ کھلے مسامات کو بند کرنے کے علاوہ یہ ماسک جلد کی ساخت کو بھی بہتر بناتا ہے۔

## بڑے مسامات کا ایئر فحٹ

ڈیڑھ اونس کھیرے کا جوس ایک اونس نیزا مین (کیسٹ کی دکان سے مل جائے گا) ایک اونس کلون (پرفیوم) لیکر پانچ اونس عرق گلاب میں حل کر لیں۔ چمکنی جلد کی صفائی کے لئے اس آمیزہ کو دن میں کئی مرتبہ استعمال کریں۔

کی بہن کی تازہ تازہ شادی ہوئی تھی اور صلاح الدین الیوٹی نو جوان جوڑے کو گزند نہ پہنچانا چاہتا تھا۔ اس لئے اس نے حکم دیا کہ ان کی جائے رہائش پر حملہ نہ کیا جائے۔ "فتح کے وقت فاتح افواج کو دی گئی صلاح الدین الیوٹی کی ہدایات کے متعلق مصنف لکھتا ہے: "جب صلاح الدین کی فوج شہر میں داخل ہوئی تو اس نے احکام صادر کئے کہ کسی کو نقصان نہ پہنچایا جائے، کوئی عمارت تباہ نہ کی جائے اور کسی شخص کو نہ لوٹا جائے۔ اس کے فوجیوں کو یہ بات یاد تھی کہ جب عیسائیوں نے یروشلم کو فتح کیا تھا، تو انہوں نے شہر کے ایک ایک باشندے کو قتل کر دیا تھا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

## عورت اسلام اور جدید سائنس

عورت کتنی پاکیزہ حسین اور خوبصورت ہے لیکن اگر وہ ماں ہے پھر اگر محترم رشتہ چاہتے ہو تو بیٹی بہن ہے پھر بیوی کا تعلق اور محبت اللہ تعالیٰ کو پسند ہے۔ عورت ہے کیا؟ کبھی آپ نے پڑھا؟ کیا خود عورت نے عورت کو پڑھا؟ تو پھر یہ کتاب ضرور پڑھیں۔ کتاب میں ہے کیا توجہ سے دیکھیں۔ جنت کی خوشخبری پانے والی کوئی خواتین ہو سکتی ہیں۔ ان میں خواتین کا مشکارہ مذکورہ کمالات جسے آپ پڑھ کر سکتے ہیں آجائیں اور سوچنے پر مجبور ہو جائیں کہ ان کے کمالات تو روز ضرور پڑھنے چاہئیں۔ ☆ عظیم لوگوں کی عظیم مائیں ان ماؤں کے تجربات ضرور حاصل کریں جن کے تجربات سے حقیر اور بے نام غیظ عظیم اور نامور بن گئے کیا مائیں اپنی اولاد کو عظیم بنانا چاہتی ہیں تو پھر یہ کتاب ضرور پڑھیں۔ ☆ رفاہی اور صدقہ جاریہ صرف مرد نہیں عورتیں بھی کر سکتی ہیں پچھلے دور کی ان بابرکت خواتین کا انوکھا تذکرہ جو اس کام کے سبب بخشی گئیں اور نامور ہوئیں۔ ☆ ایک معصوم لڑکی کی دیانت کا ایک لا جواب واقعہ جسے پڑھ کر آپ کا دل بول اٹھے اور اندر سے آواز آئے کہ اسے عورت کہتے ہیں۔ دین فطرت کی طرف لوٹنے والی عورتوں کے واقعات اور سچے تذکرے آکر کس چیز نے مجبور کیا ایسی کوئی روشنی پائی کہ وہ مہمان ہو گئیں یقیناً آپ چونک انہیں گی ☆ پھر کیا جب مغرب کی عورت تنگی ہو گئی تو اس کا انجام کیا ہوا یہ روکتے کھڑے کر دینے والے حقیقی مشاہدات اور حیران کن اعداد و شمار پڑھنا نہ بھولیں ☆ جی ہاں بارہ سالہ بچہ 500 کاریں چوری کرتا پکڑا گیا۔ دس سالہ بچے کا ساتھی طالبہ پر مصلیٰ حملہ ایسے بے شمار عبرت انگیز اور شرمناک حالات پڑھیں اس کتاب میں ☆ ایک اہم باب ہرگز پڑھنا نہ بھولیں کہ عورت طوائف کیسے بنتی ہے ☆ طوائفوں کی قابل رحم زندگی اور ان کے دن رات کی چشم دید کہانیاں گھر بیٹھے پڑھیں۔ ☆ عورت عامل اور تعویذ یا نوکھی آپ بیتی ہر شخص کو بڑی زندگی دے سکتا ہے ☆ خاص موضوع اس کتاب کے عورت حسن و جمال کی حفاظت کیسے کرے۔ اہم راز کھلی باتیں اور پر لطف تجربات اور حقیقات ☆ عورت کی جنسی اور پوشیدہ زندگی کے سر بستہ راز جو صرف کتاب میں پڑھیں یہاں وضاحت مشکل ہے۔ اس کے علاوہ اور بہت کچھ



## معاشی پریشانی کا شکار ❀ مزاج کے بہت گرم ہیں ❀ بیماری اور جادوئی اثرات ❀ اتنی بے عزت کی کہ کوئی حد نہیں

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معاوضہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جو ابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط لکھتے ہوئے اضافی گوند یا ٹیپ نہ لگائیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

### معاشی پریشانی کی شکار

ارمغان:-

میری عمر 33 سال ہے اور میں شادی شدہ ہوں میری شادی کو تقریباً 5 سال ہو گئے ہیں لیکن مجھے ابھی تک معاشی لحاظ سے کامیابی حاصل نہیں ہو رہی۔ کاروبار بھی کیا مگر نقصان میں رہا۔ ملازمت بھی کی مگر وہ بھی جاری نہ رہی اب پچھلے ایک سال سے بے روزگار ہوں اور مسلسل کوششوں کے باوجود نہ ملازمت ملتی ہے نہ کاروبار کی صورت میں کامیابی ملتی ہے۔ سخت پریشانی ہو رہی ہے۔ جو بھی راہ اختیار کرتا ہوں کامیابی نہیں ملتی۔

جواب:- آپ دو اصول خزانے پڑھا کریں نہایت مبارک عمل ہے بلکہ جس بہن بھائی کو یہ کتابچہ چاہیے وہ پتہ لکھا کر اور دس روپے کے ٹکٹ لگا کر لفافہ ارسال کر کے منگوا سکتے ہیں۔ نیز میں نے علم اور علمی مواد کو محفوظ کرنے کا عزم کیا ہے۔ اگر کسی بہن یا بھائی کے پاس نئی پرانی کتابیں رسائل

### قارئین سے معذرت

اعلان کے مطابق جنوری خاص شمارے کیلئے وقف تھا لیکن قارئین کی طلب اور شدت انتظار نے ہمیں مجبور کیا کہ خاص نمبر ان کے معیار اور توقع کے عین مطابق ہو لہذا اس کو مزید معیاری بنانے کی کوشش جاری ہے۔ انشاء اللہ جلد سے جلد خاص نمبر منظر عام پر آ جائے گا۔ نوٹ: جن حضرات نے رقم خاص نمبر کے لئے مئی آرڈر کی وہ محفوظ ہے۔ وہ حضرات مطمئن رہیں یا جنہوں نے آرڈر بک کرائے ان کا آرڈر شائع ہونے پر ارسال کر دیا جائیگا۔

عقبر کی کاموبائل نمبر:- 0322-4688313

میرے بیٹے کو کسی نے کچھ کیا ہوا ہے۔ مجھ سے ہر وقت لڑتا ہے۔ گیارہویں میں پڑھتا تھا تو کالج جانا بھی چھوڑ دیا، گالیاں دیتا ہے اور سب بہن بھائیوں کو مارتا ہے۔

جواب:- جب بچہ سو رہا ہو تو اس وقت ”بسم اللہ الرحمن الرحیم بل هو قرآن مجید فی لوح محفوظ“ 21 بار کچھ اونچی آواز سے پڑھیں کہ بچے کی نیند نہ کھلے اور اسے دم کر دیں۔ اس طرح 41 دن یہ عمل کریں کبھی مجھ سے تعویذ لیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ مکمل فائدہ ہوگا آپ بھی ”ماہنامہ عقبر“ لکھوائیں یہ ہر گھر کی ضرورت ہے بلکہ میری درخواست تمام بہنوں سے ہے کہ وہ یہ رسالہ لکھوانے کیلئے دیگر بہنوں کو ترغیب دیں۔ آپ کا صدقہ جاریہ ہے قیامت تک انشاء اللہ تعالیٰ۔

### اتنی بے عزتی جس کی کوئی حد نہیں

شازیہ:

میرے تایا کی فیملی ایک ہی گھر میں رہتی ہے۔ میرے تایا کی بیٹی میری بھائی ہے میرے تایا اور تائی نے جو میری تائی کی بہن ہے۔ اس سے رشتہ مانگا تو انہوں نے انکار کر دیا، نہ صرف انکار کیا بلکہ بے عزتی بھی اتنی کی جس کی کوئی حد ہی نہیں پھر ان کا آنا جانا بند ہو گیا۔ میری تائی فوت ہو گئی تو وہ پھر ان کے گھر آئی اب اس نے پھر آنا جانا شروع کر دیا ہے اور میرے تایا کے سب گھروالوں کو کہتی ہے کہ مجھے یہ کہتی تھی کہ رشتہ نہ دواسی نے جھوٹ بولا ہے اور سارا نام ہمارا لگا دیا ہے۔ ہم نے بہت کہا ہے کہ قسم لے لو ہم نے ایسی کوئی بات نہیں کی اسی عورت نے فساد کھڑا کر دیا ہے۔ اب خود ان کے گھر آتی ہے اور ہمیں پیچھے کر دیا ہے۔ میرے تایا ان کے 3 بیٹے ایک بہو اور بیٹی ہمارے ساتھ نہیں بولتے۔ ان کے گھر میں جو کچھ بھی ہو ہمیں پوچھتے تک نہیں میرے تایا جو کوئی کام کرتے تھے ہمیں پوچھتے تھے اب ہم ان کی نظر میں غیر ہو گئے

ہوں اور وہ ہمیں دینا چاہتے ہوں کہ ایک تو حفاظت ہوگی اور دوسرا انہیں اس سے استفادہ کریں گی اور یہ صدقہ جاریہ ہے وہ مجھے اطلاع کرے ہم خود وصول کر لیں گے تاکہ یہ علمی مواد ضائع نہ ہو۔

### مزاج کے بہت گرم ہیں

ش۔ سلیم:

میرے شوہر جن کا نام سلیم ہے۔ میں ان کی مالی پریشانیوں کی وجہ سے پریشان ہوں اس کے علاوہ بیماریوں کی وجہ سے بھی پریشان ہوں۔ گوکہ بیماری معمولی سی ہے مگر کسی سے بھی علاج نہیں ہو رہا ہے۔ مزاج کے بہت گرم ہیں، کاروبار میں گزشتہ پانچ چھ سال سے خرابیاں ہی پیدا ہو رہی ہیں۔ کام مل جاتا ہے تو لوگ رقم ادا نہیں کرتے، کبھی کام ملتا ہے۔ گھر میں بہت سے مسائل پیدا ہو گئے ہیں۔

جواب:- بہن! آپ رزق حلال کی طرف توجہ کریں اور نفل روزانہ صلوٰۃ الحاجت پڑھیں، پہلی رکعت میں سورۃ کافرون 11 بار، دوسری رکعت میں سورۃ اخلاص 10 بار پڑھیں اور خوب دعا کریں۔ دو اصول خزانے توجہ اور کثرت سے پڑھیں۔ یا باسط یا واسع 540 بار اول آخر درود شریف صبح و شام پڑھیں اور آپ کے میاں بھی چند ماہ ضرور پڑھیں۔

### بیماری اور جادوئی اثرات

رفیعہ بی بی:- فیصل آباد:

میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے چار سال سے سانس کی تکلیف ہے۔ ڈاکٹری علاج بھی کروایا اور حکیموں وغیرہ سے بھی دوائی لی ہے۔ کبھی کبھی تو سانس اس طرح رک جاتا ہے کہ لگتا ہے کہ اب میں جی نہیں پاؤں گی۔ میرے دو بیٹے اور تین بیٹیاں ہیں۔ میرے چھوٹے بچے کو بھی سانس کی تکلیف ہے اور بہت کمزور ہے۔ اس کی عمر 17 سال ہے۔ دوسرا میرا مسئلہ کہ

ہیں۔

جواب:- بہن! آپ دو اہمول خزانے بکثرت پڑھیں اور اپنے تایا وغیرہ کا خوب تصور کر کے پڑھیں، مکمل فائدہ ہونے تک یہ عمل جاری رکھیں۔

### غیبت کا دور دورہ

نادیہ۔۔۔ راولپنڈی:

میرا مسئلہ یہ ہے کہ بچپن سے ہمارے گھر کا ماحول ایسا رہا کہ وہاں غیبت کا دور دورہ رہا اور ایسی عادات ذہن میں رچ بس گئی ہیں اب اللہ تعالیٰ نے دین کی تھوڑی بہت سمجھ دی ہے تو احساس ہوا کہ بری حرکت ہے۔ لاکھ کوشش کرتی ہوں لیکن لوگوں کے بارے میں باتیں کرنے کی عادت نہیں چھوٹی۔ اس میں جھوٹ، چغلی، غیبت، بدگمانی ہر کوئی کسی نہ کسی پہلو سے برا لگتا ہے۔ لوگوں کی برائیوں پر نظر جاتی ہے اپنی پر نہیں۔ زبان کی حفاظت کے سلسلے میں بہت کوشش کر چکی ہوں اپنے اوپر کئی جرمانے مثلاً نفل صدقہ وغیرہ عائد کرتی ہوں پھر بھی اس بیماری میں مبتلا ہوں اور چھوٹی نظر نہیں آتی۔ مجھے کوئی ایسا وظیفہ بتائیں جس سے میں اپنے آپ کو ٹھیک انسان بنالوں۔

جواب:- مجھے خوشی ہوئی ہے کہ آپ کے اندر یہ جذبہ ہے اللہ تعالیٰ قبول فرمائے آپ اٹھتے بیٹھتے بکثرت لا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰہ پڑھیں۔

### اس کا ذہن بدل جائے

ایک بہن:

میری مثنیٰ میرے ایک کزن سے ہوئی ہے۔ میں ایک تحریکی گھرانے سے تعلق رکھتی ہوں اور تحریکی پروگراموں میں شرکت بھی کرتی ہوں جبکہ میرا کزن نہ تو نماز کا پابند ہے اور وہ لوگ پیر پرست بھی ہیں۔ میں اس سلسلے میں بہت پریشان ہوں۔ آئندہ زندگی کیسے گزرے گی؟ اگر وہ مجھے تحریکی کاموں سے روکے گا تو بہت مشکل ہو جائے گی۔ آپ برائے کرم کوئی ایسا وظیفہ بتائیں کہ اس کا ذہن بدل جائے اور جو غور و کا بخار اسے چڑھا ہوا ہے اتر جائے۔

جواب:- مجھے خوشی ہے کہ ایسی بہنیں اور بیٹیاں بھی ہیں جو ایمان اعمال اور تقویٰ کو پیش نظر رکھتی ہیں اور اپنے لئے

جیون ساتھی بھی ایسا ہی تلاش کرتی ہیں۔ بہن! آپ دو اہمول خزانے ”ماہنامہ عبقری“ میں بھی شائع ہوئے ہیں اور اگر آپ دس روپے کے ٹکٹ بمع لفافے اور اپنا ایڈریس بھیجیں تو یہ کتابچہ آپ کو ارسال کر دیا جائے گا۔ آپ اپنے منگیتے کا تصور کر کے یا سلام یا بدیع 313 بار روزانہ با وضو اول و آخر درود شریف ابراہیمی 7 بار پڑھیں اور یہ عمل 41 دن کریں۔

### رات کو ڈراؤنے خواب آتے ہیں

بانو صدیقی۔۔۔ لاہور:

میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے رات کو ڈراؤنے خواب آتے ہیں۔ یہ سلسلہ پچھلے چھ سال سے جاری ہے۔ بڑے سانپ کتے جانور اور مردے نظر آتے ہیں۔ سانپ میری طرف آتا ہے۔ جسے میری کوئی نہ کوئی بہن مجھے دکھا دیتی ہے اور سانپ گزر جاتا ہے۔ پھر رات کو نہ نیند آتی ہے نہ دن کو اور جسم درد کرتا رہتا ہے اور جسم بھاری محسوس ہوتا ہے۔ ڈاکٹری رپورٹ کے مطابق جوڑوں کا درد معمولی نکلا تھا 400ASO تک تھا جبکہ نائل ویلز 200 ہے۔ دوائی بہت کھائی اب چھوڑ دی ہے۔

جواب:

بہن! آپ مہربانی فرما کر مندرجہ ذیل عمل کریں اور پہلا وظیفہ نہ چھوڑیں چاروں قل 7+7 بار آیہ الکرسی 7 بار الحمد شریف 7 بار روزانہ رات سوتے وقت پڑھ کر اپنے اوپر دم کر کے سوائیں۔

### مجھ سے شدید نفرت

ایک بہن۔ کراچی:

میری عمر 45 سال ہے شادی کو 21 سال ہو گئے ہیں میرے پانچ بچے ہیں تین بیٹیاں بڑی اور دو بیٹے چھوٹے ہیں میں ایک مذہبی اور دینی گھرانے سے تعلق رکھتی ہوں جبکہ اللہ کے فضل و کرم سے پانچ وقت کی نمازی اور روزانہ قرآن کی تلاوت کرنے والی عورت ہوں۔۔۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرا خاوند مردوں کے ساتھ جنس پرستی کی اخلاقی برائی میں مبتلا ہے شادی کے چند سال تک تو مجھے بالکل پتہ نہیں چل سکا میں سمجھتی رہی کہ شاید یہ ویسے مردانہ طور پر کمزور ہیں لیکن جب میرا بہلا بیٹا پیدا ہوا تو مجھے پتہ چل گیا میں نے اپنے خاوند کو

بہت سمجھایا لیکن نہیں مانتے۔ میں نے انہیں اللہ اور رسول ﷺ کے واسطے دیئے ہیں قرآن کی رو سے ڈرایا ہے۔ میری تعلیم ایم اے اسلامیات ہے۔ اس کا نتیجہ یہ ہے کہ ان کو مجھ سے اتنی نفرت ہو گئی ہے کہ تقریباً آٹھ سال ہو گئے ہیں ہمارا آپس میں کوئی ازدواجی تعلق نہیں بلکہ بات بات پر مجھ سے لڑتے رہتے ہیں۔ مجھے ڈانٹتے ہیں۔ بیٹیوں کو ہر وقت بڑی بڑی گالیاں دیتے ہیں اور یوں چاہتے ہیں کہ ہم ماں بیٹیاں نظر نہ آئیں۔

جواب: بہن صبر کریں اور بسم اللہ الرحمن الرحیم 786 خاوند کا تصور کر کے پڑھیں 40 دن سے زیادہ 90 دن جتنا تصور مضبوط ہوگا اتنا فائدہ زیادہ ہوگا۔

### بدترین پریشانیوں کے

### لیے لا جواب علاج

ہر گھر پریشان ہے اور بے تاب زندگی دن رات کے گزرنے کے ساتھ اپنے مسائل میں اور گھر کی چلی چاربی سے ایسے دور میں جب روحانی دنیا تجارت بن گئی ہو اور روح کی دنیا خرید و فروخت کا نام ہو بلکہ یقین چاہیے یہ کتاب جو مستقل اللہ والوں کے آزمودہ وظائف اور عملیات کا نام ہے۔ ہمارے آپ کی کوئی مشکل ہو اس کا تعلق لوگوں سے ہو یا رب سے ہو آپ بالکل آسان وظائف اور خودی الاشرف وظائف اس سے حاصل کر سکتے ہیں ہمارے حضرت معروف کرہی کا ایک پر اثر آسان عمل جو جس مقصد کے لیے کریں مقصد فوری حل اور مراد فوری ملے ہمارے ایک خاص نماز حاجت رزق کی تنگی اور ہر قسم کی دینی و دنیاوی عزت کے حاصل کرنے میں اولیاء کی ساتھی رہی ہے بالکل آسان ہر قسم کر سکتا ہے ہمارے جب آپ مشکلات میں بالکل مایوس ہو جائیں خودکشی کرنے کے لیے تدابیر اختیار کریں معاشرہ آپ کو جھٹلا دے اور زندگی کا ہر دروازہ تنگ ہو جائے تو آئیے اس کتاب کے صفحہ نمبر 19 پر برائے قضا حاجت ایک لا جواب تہذیب براہ کرم اس کو ضرور توجہ دیں امید کی نئی کرن ہے ہمارے صرف چند چھوٹی آیات کے پرچے کو لٹکنے سے کندہاں قوی یا داشت بے مثال اور بچے بڑے تندرست ہمارے آپ کو جادو ہے جنات ہیں یا بیماری آپ خود ایک نہایت آسان عمل سے اپنی مرض کی آسانی سے تشخیص کر سکتے ہیں اور رزلٹ سو فی صد اس کتاب میں پڑھنا نہ بھولیں صرف چند عنوانات پر نظر ڈالیں حل مشکلات کے واسطے بحرب عمل ہمارے حاکم کا دل نرم کرنے کا عمل ہمارے مقدمہ میں کامیابی یقینی ہمارے لڑکی کے رشتہ کے لیے ہمارے بچوں کا روٹا بند ہمارے ہر مقصد کے حصول اور ہر غم و فکر سے چھکارا ہمارے برائے ادائیگی قرض ہمارے نظربد کو دور کرنے کا عمل ہمارے حفاظت اور ترقی زراعت ہمارے ناجائز تعلقات سے نجات کا آسان عمل ہمارے پوشیدہ بات معلوم کرنے کا عمل ہمارے قارئین یہ چند صفحات کا تعارف ہے اس کا ہر صفحہ با کمال عملیات اور وظائف کے لیے وقف ہے صرف آپ کی تھوڑی سی توجہ اور ہمیشہ کی فتح اور کامیابی اور گھر بیلو جگژڑ میں میاں بیوی کی ناجائز اور گھر بیلو کا روبرو باری مسائل کے لیے۔

لا جواب تہذیب اور لا جواب کتاب

# انکشاف غیبی اور روحانی ملاقات

ع صاحب

## دھیاری ماں اور بیٹی کی قبر

دنیا اور آخرت کے چشم دید انوکھے سچے واقعات کا  
مجموعہ جدول کی اجڑی ویران دنیا کو بدل دیتے ہیں

### ☆ پچاس، ساٹھ سانپ

۱۹۸۶ء کے اخبار جنگ میں کسی دھیاری ماں نے یہ بیان دیا تھا کہ میری سب سے بڑی لڑکی کا حال ہی میں انتقال ہوا ہے۔ اسے دفن کرنے کیلئے جب قبر کھودی گئی تو دیکھتے ہی دیکھتے اس پر پچاس ساٹھ سانپ جمع ہو گئے۔ دوسری قبر کھدوائی گئی اس میں بھی وہی سانپ آکر کنڈلی مار کر ایک دوسرے پر بیٹھ گئے۔ پھر تیسری قبر تیار کی اس میں ان دونوں قبروں سے زیادہ سانپ تھے۔ سب لوگوں پر دہشت سوار تھی، وقت بھی کالی گزر چکا تھا۔ ناچار ہو کر باہم مشورہ کر کے میری پیاری بیٹی کو سانپوں بھری قبر میں دفن کر کے لوگ دور ہی سے مٹی پھینک کر چلے آئے۔ میری مرحومہ بیٹی کے ابا جان کی قبرستان سے گھر آنے کے بعد حالت بہت خراب ہو گئی اور وہ خوف کے مارے بار بار اپنی گردن جھککتے تھے۔ دھیاری ماں کا مزید بیان ہے کہ میری بیٹی یوں تو روزہ نماز کی پابند تھی مگر وہ فیشن کیا کرتی تھی۔ میں اسے پیار و محبت سے سمجھانے کی کوشش کرتی تھی مگر وہ اپنی آخرت کی بھلائی کی باتوں پر کان دھرنے کی بجائے الناحجہ پر بگڑ جاتی اور مجھے ذلیل کر دیتی تھی۔ افسوس! میری کوئی بات میری نادان ماڈرن بیٹی کی سمجھ میں آئی ہوتی۔ (تا قابل یقین سچے واقعات)

### ☆ بے پردگی کا انجام

غالباً شعبان المعظم ۱۴۱۴ء کا آخری جمعہ تھا۔ رات کو کورنگی (کراچی) میں ایک نوجوان سے (رقم الحروف) کی ملاقات ہوئی، اس پر خوف طاری تھا۔ اس نے حلیہ بیان دیا کہ میرے ایک عزیز کی جوان بیٹی اچانک فوت ہو گئی، جب ہم تدفین سے فارغ ہو کر پلٹے تو مرحومہ کے والد کو یاد آیا کہ اس کا ایک ہینڈ بیگ جس میں اہم کاغذات تھے (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

اپنی تمام امور کی بجا آوری حضور نبوی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم اختیار فرمائیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ بالمشافہ جمال حبیب ایزد متعالی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے اُن کی آنکھیں نورانی ہوں گی۔ اور جسم کے روٹنگ روٹنگ سے خوشبو آئے گی۔ جو دنیا کے مشک و عنبر میں بھی نہ ہوگی۔ عشاء کی نماز پڑھ کر کسی پاک صاف کٹھڑی یا کمرے کو دھونی خوشبو دار اور عطر وغیرہ سے لبادے پکڑے اپنے نئے اور سفید پہنے۔ مدینہ منورہ کی طرف منہ کر کے بیٹھے اور التجی جمال باکمال حبیب ذوالجلال صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ہودے۔ اور خیال کرے کہ حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم لباس سفید پہنے علامہ ہنر سر پر باندھے ہوئے اور چہرہ مثل چاند کے چمک رہا ہے اور کرسی نور پر جلوہ گر ہیں اس وقت نہایت خشوع و خضوع سے المرتبہ پڑھے **اللَّهُمَّ اجْعَلْ سَيِّدَنَا مُحَمَّدًا أَحَبَّيْكَ مُعَانِنًا بَعْنِي كَمَا جَعَلْتَهُ مُشَاهِدًا فِي قَلْبِي يَا رَسُولَ اللَّهِ صَلِّ اللَّهُ عَلَيْكَ وَسَلِّمْ** پھر اپنی دائیں طرف عرض کرے **الصلوة والسلام عليك يا رسول الله** پھر اپنی بائیں طرف کہے **الصلوة والسلام عليك يا حبيب الله** کم از کم ایک سو مرتبہ پورے تکرار کرے بعد میں یہ ورد شریف پڑھے **اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ كَمَا أَمَرْنَا أَنْ نُصَلِّيَ عَلَيْهِ اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ كَمَا هُوَ أَهْلُهُ اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ كَمَا تُحِبُّ وَتَرْضَاهُ** جس قدر کہ ہو سکے طاق عدد سے پڑھے ۱۰۸ یا ۸۱ یا ۱۰۸ مرتبہ پڑھے اور جب پڑھ کر سونے لگے تو ایک مرتبہ مع **بِسْمِ اللَّهِ سُوْرَةُ إِذَا جَاءَ** پڑھے اور سر اپنا قطب کی طرف کرے اور داہنی کروٹ سے لیٹے اور منہ قبلہ کی طرف کر کے **الصلوة والسلام عليك يا رسول الله** پڑھے اور اپنی داہنی ہتھیلی پر روم کر کے وہ ہتھیلی اپنے سر کے نیچے رکھے اور سو جائے۔ جمعہ کی رات یا دوشنبہ یعنی پیر کی رات یہ ورد عمل لاوے۔ (کلیات امدادیہ، ضیاء القلوب، مقام فتح شکر)

”انکشاف غیبی“ موسوم بہ لُحُب معروف بہ من موہُنی میں حکیم قاضی سید محمد کرم حسین لکھتے ہیں کہ زیارت نبوی صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے دونوں جہان کی خوشنودی حاصل ہوتی ہے۔ زیارت پُر از لطف صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم و روڈ پاک پڑھنے والوں کو حضور پر نور حبیب رب غفور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کا جمال جہاں آرا سوتے جاگتے میں نظر آتا ہے اور وہ دیدار انوار صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے مشرف ہوتے ہیں۔ جو آنحضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے سر پر نور کی زیارت سے شرف افتخار حاصل کرتا ہے وہ خدا کے نور کو اپنے جلوہ گر پاتا ہے۔ خواہشمند ان زیارت سے حضور سر پر نور ملتسمان رو بہت جمال حبیب ذوالجلال صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم سے اُس وقت مشرف ہو سکتے ہیں جبکہ وہ اپنے آپ کو تمامی ارشادات و فرمانات کا عامل نہ بنالیں جن سے منع فرمایا گیا ہے اس سے باز نہ رہیں۔ ان کا نفسانی مے کُند۔ دیدار مصطفیٰ آرزو دارند ہرگز ہرگز نہ نہیں۔ کیونکہ جو کوئی اُس نور سر پر نور سے شرف افتخار حاصل کرتا ہے۔ اُس کو وہ روئے زیا آئینہ تجلیات خدا ہوتا ہے۔ جیسا کہ فرمان حبیب یزداں صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم ہے **من رانی رای الحق** (جس نے مجھے دیکھا اُس نے گویا خدا کو دیکھا) پس خدا کا دیکھنا کیا آسان ہے؟ جبکہ حضرت موسیٰ علیہ السلام جیسے بھی تاب نہ لا سکے۔ البتہ خدا کو وہی دیکھ سکتے ہیں جو قدم بقدم حضور محترم ہوتے ہیں۔ حضرت حاجی امداد اللہ شاہ صاحب مہاجر فرخ الہند و العرب کے خادمان میں سے کسی نے عرض کیا کہ یہ فقیر محبوب رب قدیر صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی زیارت پُر از لطافت کا بے حد مشتاق ہے۔ جناب فضیلت تاب نے فرمایا کہ ارے تو آنحضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے دیدار پر انوار کا تمنائی۔ پہلے حضور صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کے حرم محترم کی زیارت سے تو اپنی آنکھوں کو بیٹا بنالے۔ وہ ہی جانتے ہیں کہ حضور اقدس صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کی ذات خدائی تجلیات ہے بہت سے حضرات مقبول الصفات جمال جہاں آرا سے مشرف ہوتے رہے ہیں۔ اُن میں بھی جس کسی سے کوئی ذبیہی ملوثی ظہور میں آئی ہے زیارت پُر از مسرت سے محرومی ہو گئی ہے۔ پس جو برادر دین صدق و یقین اور ذوق و شوق رکھتے ہوں



## احکام اسلام سائنس کی نظر میں

محمد انور

صحت اور اس کی حفاظت اسلام کی نظر میں:۔ صحت اللہ کریم کی ایک عظیم نعمت ہے۔ جس کا شکر بجالانا ہر انسان پر فرض ہے۔ قانون قدرت ہے کہ کسی نعمت کی ناقدری اس نعمت کے تحمین لے جانے کا سبب بنتی ہے۔ بلکہ کفران نعمت غضب الہی کو دعوت دیتا ہے۔ اس لئے اپنی صحت کا خیال رکھنا اور حفظان صحت کے اصولوں پر کاربند رہنا ہر انسان کے لئے ایک فریضہ کی حیثیت رکھتا ہے۔ اسلام ترک دنیا کی تعلیم نہیں دیتا بلکہ دین اور دنیا کی بھلائیوں سے بھرپور استفادہ کی دعوت دیتا ہے چنانچہ رسول اللہ ﷺ نے دو صحابیوں کے مسجد نبوی ﷺ میں معشک رہنے اور مسلسل روزہ رکھنے کے اصرار پر اتفاق نہیں فرمایا بلکہ ارشاد فرمایا **علیک لجسدک**

حق تم پر تمہارے جسم کا بھی حق ہے۔ (بخاری)

حضور عالی مرتبت ﷺ نے صحت عامہ و عافیت کے بارے میں نہایت واضح ہدایات سے امت کی رہبری فرمائی۔ جو آج بھی صحت کو برقرار رکھنے کے لیے نہایت ضروری ہیں چنانچہ عالمی تنظیم صحت (W.H.O) اور موجودہ میڈیکل سائنس بھی انہی اصولوں کو اپنانے پر مجبور نظر آتی ہے۔ **المومن القوی خیر و احب الی اللہ من المومن الضعیف** ”قوی مسلمان اللہ تعالیٰ کے پاس بہتر ہے اور زیادہ محبوب ہے کمزور مسلمان سے“ (ابوداؤد، احمد مسلم)

**علمو اولادکم السباحہ و الرمی** ”اپنی اولاد کو تیرنے اور نشانہ بازی کی تعلیم دو“

☆ گھوڑے کی سواری حضور ﷺ کو مرغوب تھی۔

☆ کوئی شخص ورزش کی تعلیم یا کفر فراموش کر دے تو وہ ہم میں سے نہیں ہے۔

☆ مسلمان شب میں عبادت گزار اور دن میں شہسوار ہیں۔ (طبرانی) غور فرمائیے کہ اسلام نے کس زور سے فزیکل سائنس کو اہمیت دی ہے۔ ☆ فرمایا کہ عقل سلیم فی جسم سلیم (یعنی عقل سلیم صحت مند جسم میں رہتی ہے۔)

## عبقری کے پکوان ذائقے اور مہک کے ساتھ

آپ بھی کوئی عمدہ ترکیب جانتی ہوں تو ”عبقری“ کے پکوان میں ضرور بھیجیں

### چکن کارن سوپ (چائیز)

اشیاء: مرغی کی بچنی تقریباً 12،10 پیالی، مکئی کے دانے ایک پیالی، مرغی کے چھوٹے ٹکڑے آدھی پیالی، کارن فلور آدھی پیالی، اسیجنو موٹو (چینی نمک) 2 چھوٹے چمچ، نمک اندازے سے، انڈے 3،2 عدد۔

ترکیب: تقریباً ایک سیر یا اس سے کچھ بڑی مرغی کے سینے اور ران کا گوشت الگ کر لیں کوئی اور ڈش پکانے کے لئے مثلاً ہڈی اور باقی ٹکڑوں میں نمک اور پانی ڈال کر دھیمی آج پر تقریباً دو تین گھنٹے تک پکے دیں تاکہ پوری بچنی نکل آئے اور گوشت گل جائے۔ پانی کم ہو جائے تو تھوڑا اور ڈال دیں۔ مکئی کے اگر خشک دانے ہیں تو انہیں کابی جنوں کی طرح رات بھر پانی میں بھگو کر رکھیں۔ صبح ابال کر گلا لیں اور موٹا موٹا پیس لیں۔ بچنی چھان کر نکال لیں اور اس میں مکئی کے پے ہوئے دانے ملا دیں۔ ساتھ ہی بچنی میں سے نکالے ہوئے مرغی کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے بھی ڈال دیں۔ کچھ دیر پکے دیں اور پھر جینو موٹو اور نمک ملا دیں۔ کارن فلور تھوڑے سے پانی میں گھول لیں اور پکتے ہوئے سوپ میں ڈال دیں۔ برابر چمچ چلاتی رہیں تاکہ گٹھلیاں نہ پڑیں۔ ایک دو ابال آ جائے تو ہلکا پھینکا ہوا انڈا تھوڑا تھوڑا کر کے ڈالیں اور جلدی جلدی چمچ چلاتی جائیں۔ سوپ میں انڈے کے لچھے بن جائیں گے۔ جیسے ہی گاڑھا ہو چو لہے پر سے اتار لیں اور گرم گرم پیش کریں۔ ساتھ میں ”چلی ساس“ اور سر کے میں بھیگی ہوئی باریک کتری ہری مرچ ضرور رکھیں۔

”چلی ساس“ بنانے کا سب سے آسان طریقہ یہ ہے کہ لال مرچوں کا پودا تھوڑے پانی اور سر کے میں گاڑھا گاڑھا گھول لیں اور اندازے سے اس میں نمک اور چینی ملا دیں۔ ”چینی چلی ساس“ تیار ہے۔ دل چاہے تو اس میں تھوڑا نمٹا مرچ ساس بھی ملا سکتی ہیں۔

نوٹ: اگر بچنی نکالنے کے لئے گوشت اور ہڈی کم پڑ جائے تو دو تین ”چکن کیوب“ پانی میں گھول کر ملا دیں۔ ”چکن

کیوب“ ہر بڑی دکان پر آسانی سے مل جاتے ہیں۔ یہ زیادہ مہنگے نہیں ہیں۔ ایک کیوب میں دو چائے کی پیالی بچنی بن جاتی ہے۔

### مایوس خاندانی مشکلات پر تاثیر روحانی علاج

اگر گھروں میں سکون چاہئے ہیں تو پھر ہماری بات توجہ سے سنیں ایک تھنہ لائیں میں یقیناً گفت ہوگا کتاب ہزاروں صفحات کی نہیں لیکن لفظ لفظ تجر بہ حیرت اور مشاہدہ آزمودہ بھی تجر بہ شدہ بھی ہاں غیر شرعی چیزوں سے مکمل اعتیال لگائی گئی ہے اگر لاعلاج بیماری نے عاجز کر دیا ہے تو قرآنی آیات شفا کا پراثر آسان عمل جس سے اب تک لاکھوں شفا یاب ہو چکے ہیں اور یہی عمل اگر میاں بیوی کی ناپاکی میں کریں تو پھر قدرت ربی کا مشاہدہ دیکھیں ☆ ایسی مختصر آیات جو آپ کے ہر مسئلے میں کفایت کریں اگر اس میں پھنس گئے ہیں اور زندگی سے عاجز آچکے ہوں تو گھبرا سکیں نہیں اس آسان عمل پر توجہ کریں ☆ آپ ہانسنے کے مریض ہیں اور بالکل لاچار ہو گئے ہیں تو مختصر روحانی جملہ ضرور آزمائیں ☆ کسی مشکل میں ہیں فیصلہ نہیں کر سکتے تو استخارے کا آزمودہ عمل جو ہر شخص کر سکتا ہے آپ کو رسوائی اور پچھتاوے سے بچائے گا ☆ گھر بھر کے بچے بیمار بیمار کی میں دوائیں اور بوتلیں ہیں اگر آپ بچوں کی دائمی صحت چاہتے ہیں تو پھر یہ لا جواب عمل جو کہ ہر مرد اور عورت کر سکتا ہے ☆ دشمن نے عاجز کر دیا ہے اور زندگی کے ہر موڑ پر سامنے آکر مسکراتا ہے اس سے چھٹکارے کا خاص عمل ☆ گھر بیلو جھگڑے ہر روز کی بک بک نے تنگ کر دیا ہے گھبرا سکیں نہیں کتاب حاضر ہے ☆ بخار، دانت درد، سے لیکر مایوس بڑی 83 پیاروں کا روحانی علاج اس کتاب میں پڑھیں ☆ قارئین اس کتاب کی قدر کریں۔ آپ کو گھر بیٹھے ہر وہ مشکل دور کرنے میں مدد دے گی جو آپ کے دل میں سال ہا سال سے دیمک کی طرح لگی ہوئی ہے۔

اس کے علاوہ اور بہت کچھ

اپنے خیالات پر نظر رکھیے یہ الفاظ کی شکل اختیار کر لیتے ہیں۔ اپنے الفاظ پر نظر رکھیے یہ عمل کی صورت اختیار کر لیتے ہیں۔ اپنے اعمال پر نظر رکھیے یہ عادات میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ اپنی عادات پر نظر رکھیے یہ شخصیت کا روپ دھار لیتے ہیں۔ اپنی شخصیت پر نظر رکھیے یہ آپ کا مقدر بن جاتی ہے۔ (الفتح: ۱۰۷: محمداً لا یغنی عنہ لا یغنی)

# سفیدریش بوڑھا قوم کا جولا ہا

قرآن سے محبت

محترمہ پروفیسر الطاف فاطمہ

قرآن حکیم سے دلچسپی اور کشش میرے ذہن میں ایک ایسے شخص کے ذریعہ پیدا ہوئی جو میرا استاد تھا۔ جس سے میرا کوئی ظاہری تعلق یا واسطہ نہ تھا۔ وہ چلتا پھرتا آیا۔ ہمارے شاگرد پیشے میں چند روز مقیم رہا اور پھر اپنے گاؤں سدھا گیا۔ میں نے اسے اس کے بعد پھر کبھی نہ دیکھا۔ نہ کبھی اس کا خیال آیا۔ بجز چند مخصوص موقعوں کے، جن میں نے ایک موقع وہ تھا جب میں نے قاری باسط کی آواز کو سورۃ رُحمن کی تلاوت کرتے سنا۔ وہ شخص ایک سفیدریش بوڑھا تھا، قوم کا جولا ہا اور ہمارے ملازم مولانا بخش کا چچا تھا۔ جب وہ آیا اور میں نے اس کو دیکھا تو یہ وہ زمانہ تھا جب میں نے نیا نیا قرآن شریف ختم کیا تھا۔ اور جس دن آخری سورۃ پڑھ کر کلام پاک گردان کر رکھا تھا۔ اس کے بعد سے اس کو ہاتھ نہ لگایا تھا۔ اور یہ وہ زمانہ تھا جب ابھی ہم کو انگریزی حساب پڑھانے کیلئے ماسٹر صاحب نہیں رکھے گئے تھے اور ہم خصوصاً میں سارا سارا دن باہر احاطے میں کھیلتی رہتی تھی۔ کئی مرتبہ اماں نے کہا بھی۔

”دیکھو تم قرآن شریف پڑھ پڑھا کر بھی بھول جاؤ گی کبھی کبھی بیٹھ کر ہر الیا کرو، مگر میں ہر بار نال جاتی تھی۔ ہماری اماں کی عادت نہ تھی کہ کسی بھی موقع اور بات پر دباؤ ڈال کر اپنی بات

## نہایت افسوس ناک پہلو

قارئین عبقری خالص روحانی اور جسمانی خدمت سے مزین ہے۔ قارئین کے سہولت کے لئے کتب ادویات اور رسالہ عبقری (وی پی) یعنی ایک فون یا خط پر ہم فوری طور پر یہ اشیاء بذریعہ ڈاک آپ کو بھیجا کرتے ہیں۔ نہایت افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں قارئین اس کا نقصان آپ کے پسندیدہ عبقری کو پہنچتا ہے حتیٰ کہ ہم سوچنے پر مجبور ہو گئے ہیں کہ آئندہ VP کی سہولت ختم کر دی جائے بلکہ عرض کیا جائے کہ پہلے رقم بھیجیں پھر ہم آپ کا آرڈر پوسٹ کریں گے۔ لہذا درخواست ہے اگر آپ VP منگوائیں تو اسے وصول ضرور کریں ورنہ آپ عبقری کو نقصان پہنچا رہے ہیں۔

## پریشانی کے بعد راحت

ابراہیم بن عبداللہ الحارثی

حضرت مالک انجمنیؒ نے رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہو کر عرض کیا (کہ یا رسول اللہ ﷺ!) میرا بیٹا عوف قید کیا گیا ہے۔ آپ ﷺ نے ان سے فرمایا: اس کو یہ پیغام دو کہ رسول اللہ تمہیں کثرت سے ”لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ“ پڑھنے کا حکم دے رہے ہیں۔ ”ان لوگوں نے ان کے بیٹے کو ایک رسی سے باندھ رکھا تھا۔ تو ”لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ“ پڑھنے سے وہ رسی کھل کر گئی اور جب وہ (رہا ہو کر) نکلے تو اچانک ان کے سامنے ایک اونٹنی کھڑی تھی، وہ اس پر سوار ہو کر بھاگے ان کے ساتھ اور بھی اونٹ بھاگے تو ان کا سامنا ان لوگوں کے چرواہے سے ہوا جنہوں نے ان کو باندھ رکھا تھا، انہوں نے پہچان کر چیخ و پکار کی تو لوگ جمع ہو کر ان کے پیچھے نکل کھڑے ہوئے، یہاں تک کہ وہ بھاگنے میں کامیاب ہو گئے، اور اپنے گھر کے دروازے پر پہنچ کر آزدی ان کے والد نے آواز سن کر کہا: رب کعبہ کی قسم! یہ عوف ہی ہے۔ ان کی ماں بول اٹھیں کہ عوف کیسے آسکتا ہے وہ تو قید میں ہے، چنانچہ خادم اور وہ دونوں دروازے کی جانب بڑھے، تو وہ واقعی عوف ہی تھے جنہوں نے پورے صحن کو اونٹوں سے بھر دیا تھا۔ پھر انہوں نے اپنے والد کو اپنا قصہ سنایا تو ان کے والد نے کہا: تم دونوں یہیں ٹھہرو میں ابھی رسول اللہ ﷺ کے پاس جا کر ان سے پوچھ کر آتا ہوں (کہ یہ اونٹ ہمارے لیے جائز ہیں یا نہیں) چنانچہ وہ آپ ﷺ کی خدمت میں حاضر ہوئے اور عوف اور اونٹوں کی خبر سنائی تو حضور ﷺ نے فرمایا ان اونٹوں میں جیسے جی چاہے تصرف کرو جیسے تم اپنے مال میں تصرف کرتے ہو اس موقع پر قرآن مجید کی یہ آیت نازل ہوئی ﴿وَمَنْ يُّتْقِ اللّٰهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا﴾ ترجمہ: اور جو اللہ تعالیٰ سے ڈرتا ہے اللہ تعالیٰ اس کے لئے نکلنے کا راستہ بنا دیتے ہیں۔ ایک روایت میں ہے: حضرت مالک انجمنیؒ کا ایک بیٹا تھا جس کو مشرکین نے قید کر لیا، چنانچہ ان کے والد حضور ﷺ کی خدمت میں حاضر ہو کر اپنے بیٹے کی گرفتاری اور تکلیف کا ذکر کرتے، تو رسول اللہ ﷺ ان کو صبر کی تلقین کرتے اور فرماتے: عنقریب اللہ تعالیٰ اس کے لئے نکلنے کا راستہ پیدا کر دیں گے، چنانچہ اس کے کچھ ہی عرصے بعد ان کا بیٹا دشمنوں کی قید سے چھوٹ گیا، اور ان کا گزر دشمن کی کبریوں کے پاس سے ہوا تو وہ ان سب کبریوں کو جوان کو غنیمت کے طور پر حاصل ہوئی تھیں والد کے پاس لے آئے۔

منوائیں اور قصہ یہ تھا۔ میں نے قرآن شریف پڑھ تو لیا تھا مگر اس سے کوئی لگاؤ پیدا نہیں ہوا تھا۔ اس کی وجہ یہ تھی کہ ہم نے جن مولوی صاحب سے پڑھا تھا وہ اپنے غصے اور اذیت پرین کی وجہ سے جنات مشہور تھے۔ اور ان کے پاس پڑھنے بیٹھنے سے پہلے ان کے قصائی پن کے ہم نے بہت قصے سن رکھے تھے۔ فلاں کو مارتے مارتے پٹھنے کی ڈنڈی تو زدی فلاں کا کان پھاڑ دیا۔ وغیرہ وغیرہ۔ لیکن جب پہلے دن وہ ہمیں پڑھانے آئے تو اپنی توقع کے خلاف مجھے ان سے کوئی خاص ڈر نہیں لگا اور میں نے ان سے آخر دن تک بڑے اطمینان سے پڑھا۔ البتہ ایک چھوٹا سا واقعہ ضرور ہوا تھا کہ ایک دن انہوں نے میرے بھائی کا کان مروڑا تو وہ بستہ ان کے منہ پر مار کر اندر چلے گئے تھے۔ اس کے بعد سے وہ ہمیں بڑے ضبط اور تحمل سے پڑھانے لگے تھے۔ بعد میں راز کھلا تھا کہ اماں نے ان سے ہماری عدم موجودگی میں کہا تھا کہ ان بچوں کو مار ڈانٹ کے پڑھائیں گے تو آپ کی محنت اکارت جائے گی۔ یہ ایک حرف بھی پڑھ کر ندیں گے۔

بہر حال مولوی صاحب نے ہمیں مارا تو کبھی نہیں البتہ ایک بے تعلقی کا سا انداز ضرور رکھا۔ وہ کچھ ایسی روکھی طبیعت کے انسان تھے کہ اپنے طرز تخاطب میں اصناف اور جنس کی تفریق بھی ضروری نہیں سمجھتے تھے۔ یعنی لڑکے اور لڑکی دونوں ہی کو ایک ہی انداز کے افعال پر پڑھاتا تھا مثلاً اگر مجھے چلبلا پن کرتے یا منہ چراچرا کر ہنستے دیکھتے تو مخصوص گاتے ہوئے بہاری لہجہ میں تنبیہ کرتے۔ ”مان جا بے۔ سیدی طرح آموختہ سنا۔“ پھر ہمیں اور ہلسی آتی اور ہم ان کے جاتے ہی ان کی نقلیں کرتے۔ ”مان جا بے الے الے۔ سیدی طرح آموختہ آ۔ سنا آ۔ آ۔ استاد، سبق اور بچے کے درمیان جو ایک مثلث رابطہ قائم ہو کر سبق کے وقفوں کو خوشگوار بناتا ہے اس کا دور دور پتہ نہ تھا۔ ہم بورت کو دور کرنے کیلئے ہر روز پانی پینے کی چھٹی لے کر سرک آتے اور کوشش یہ کرتے کہ اتنی چھوٹی چھوٹی چسکیاں لے کر پانی حلق کے نیچے اتاریں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر دیکھیں)

# نفس کی پاکیزگی اور طبیعت میں انکساری پائیے

اہل سلوک کے لیے تیر بہدف آزمودہ اسم الہی

اورادو وظائف

﴿الْجَبَّارُ عَلَّامٌ﴾

﴿سب سے زیادہ زور والا﴾ (عدد ۲۰۶)

جبار وہ ذات ہے جو اپنا ارادہ بالجبر بھی سب پر جاری کر سکے اور اس پر کسی دوسرے کا ارادہ نہ چل سکے اور جس کے قبضہ سے کوئی بھی نہ نکل سکے اور اس پر کسی کا ہاتھ نہ پڑ سکے ایسی ذات فقط خدائے قدوس وحدہ لا شریک لہ کی ہے۔

بندوں میں اسم جبار کا وہ مظہر ہے جو خود سب کا متبوع ہو اور اس کو دوسرے کی تابعداری کی ضرورت نہ ہو۔ دوسروں کو اس کی صورت و سیرت کے اتباع کے لیے مجبور کیا جائے جو سب کے لیے موشر ہو اور خود کسی سے متاثر نہ ہو۔ جو شخص اس کا مشاہدہ کرے اپنا نفس اسے بھول جائے اور اس متبوع کی ہر ادھر پندار ہو جائے۔ یہ عزت و شان، یہ سر بلندی و سر فرازی منہم حقیق عز اسمہ، و جل مجدہ نے فقط سید المرسلین خاتم النبیین شفیع المذنبین علیہ الصلوٰۃ والسلام کو عطا فرمائی ہے۔ اس لیے ارشاد ہوتا ہے کہ ”اگر مویٰ علیہ السلام بھی زندہ ہوتے تو ان کو بھی میری اتباع کے بغیر چارہ نہ تھا۔ اور میں آدم علیہ السلام کی ساری اولاد کا سردار ہوں۔ یہ جملہ تعالیٰ اور فرخ سے نہیں کہہ رہا۔“ (مسلم) (امام غزالی)

ظالموں سے تحفظ:- جو شخص روزانہ صبح و شام دو سو چھپیس بار اس اسم کی تلاوت کرے گا انشاء اللہ ظالموں کے قہر سے محفوظ رہے گا۔ ”اسم جبار“ کے ذکر پر جس شخص کی نظر پڑے وہ اس سے خائف ہو اور اس کی جانب کوئی نظر سے بد سے نہ دیکھے گا۔ شیخ ابو العباس احمد علی ابوئی فرماتے ہیں۔ کہ اس اسم پاک کی دعوت کے لیے چالیس روز تک پابندی شرائط کے ساتھ خلوت میں روزانہ دس ہزار مرتبہ پڑھے۔ نفس میں پاکیزگی اور طبیعت میں انکساری پیدا ہو۔ مقاصد میں کامیابی اور دشمن پر غلبہ حاصل ہو۔ لوگوں کی نظروں میں عظیم القدر اور با عزت مانا جائے۔ اس سے نفس مغلوب اور شہوت سے محفوظ رہے اہل سلوک اور اہل ریاضت کے لیے بہت موزوں ہے۔

صاحب عزت و ثروت ہوں:- اگر کوئی شخص صبح و شام سات سات بار ”مبععات عشر“ پڑھے اور اس کے بعد اکیس بار اس اسم پاک ”یا جبار“ تلاوت کرے تو اللہ تعالیٰ اسے ظالموں کے شر سے محفوظ رکھے گا۔ اور جو شخص اس کی پابندی کرے گا مخلوق کی عیب جوئی اور ایذا رسانی سے نجات پائے گا (بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

## حیرت انگیز حافظہ ناممکن نہیں

(والدین اور طالب علم خاص طور پر اس کتاب کو پڑھیں): دنیا میں جتنے بھی لوگ باکمال بے مثال بنے ہیں۔ ان کی خاص وجہ لا زوال حافظہ اور بہترین یادداشت ہے۔ اس ورثے کے حصول کے لیے لوگوں نے کیا کیا جتن کیے کیسے کیسے اسباب اختیار کیے کس کس دروازے کی ٹھوکریں کھائیں حتیٰ کہ اگر کسی کے پاس حافظہ کا کوئی نسخہ یا راز ہو تو مہینوں کا سفر کر کے اس کی چوکت کے سوائی ہوئے لیکن اکثر بے مراد واپس ہوئے کیونکہ جو کوئی راز جانتا ہے وہ یہ راز اپنی قبر تک لے جاتا ہے۔ ایسے دور میں چند ایسے لوگ بھی ہیں جن کے اندر مخلوق خدا کی خدمت کا جذبہ اور تپ ہے وہ اپنا جینا مرنا مخلوق کی خدمت کے جذبے کو لیکر چلے ہیں۔ یہ کتاب اس خدمت کے جذبے کا نام ہے کہ آپ اپنی یادداشت حافظے کو کس طرح بہتر بنائیں کتاب کیا ہے ایک تحفہ جو گھر کے ہر فرد اور عمر کے ہر شخص کی ضرورت ہے اس کتاب میں ذراغ کے اندر حافظہ کی وجہ اس کے اسباب پھر اس کی علامات حتیٰ کہ اسکا شافی علاج دیا گیا ہے۔ کئی کئی نالائق یا بیمار ایک نہایت آسان لیکن تحقیق مضمون جو آپ کو اور آپ کی اولاد کو اس قابل بنا سکا ہے کہ وہ اعلیٰ نمبروں اور اعلیٰ پوزیشن لیں حتیٰ کہ اس ایک مضمون کو پڑھ کر شاید آپ کو پھر کسی کی مدد کی ضرورت نہ رہے کئی شین اتباع کے مسائل کے لیے نہایت حیرت انگیز اور آزمودہ طریقے نادر انداز اور بہترین نسخے جس کو پڑھ کر ظباء اور والدین ترقی کے درجات نہایت آسانی سے طے کر سکیں گے اس کتاب میں عنوان ہے اپنے آپ میں گم رہنے والے بچے پلیریز مضمون ضرور پڑھیں اس کا آپ بھول جاتے ہیں یہ مضمون پڑھ کر آپ پہلو بولے بغیر نہ دیکھیں گے اور عیش عسل کر انھیں کو واقعی کتاب اس قابل ہے کہ گفت کی جائے اس حافظے کے اسرار یہ ایک عنوان ہے اسکی تشریح پڑھ کر آپ خود یا پھر اپنی نسلوں کو کئی کئی اور ناکامی سے بچا سکتے ہیں اسکو بھی بات یہ ہے سو کے قریب معالجین کے ذاتی سینے کے راز اور آزمودہ تجربہ بات اور نسخہ جات جو بنانے میں نہایت آسان اور دراز اور زلت میں فوری اثر۔ آئیے اس کتاب کو پڑھیں اور دعا دیں۔

## عبقری آپ کے اپنے شہر میں مل سکتا ہے

رہبر نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ کراچی۔ 0333-2168390 - اٹلس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ پشاور۔ 0300-9595273 - کپتان نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ پٹنڈی۔ 051-5505194 - شفیق نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ لاہور۔ 042-7236688 - ملک کاشف صاحب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ فیصل آباد۔ 0300-6698022 - اشیع نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ ملتان۔ 0300-7388662 - امانت علی اینڈ سنز رحیم یار خان۔ 068-5872626 - ملک نیوز ایجنسی علی پور۔ 0333-7674684 - طاہر شیشوری مارٹ خانیوال۔ 064-2017622 - نقلیں شاہ صاحب جھنگ۔ 0304-3410861 - محترم گلزار ساجد صاحب نیوز ایجنٹ حاصل پور۔ 062-2449565 - عاصم منیر صاحب چوہدری نیوز ایجنسی صادق آباد۔ 068-5705624 - النور نیوز ایجنسی مظفر گڑھ۔ 066-2413121 - حذیفہ اسلامی کیسٹ ہاؤس کھوکھڑ (محمد اقبال صاحب) - محترم ممتاز احمد صاحب نیوز ایجنٹ چشتی چوک بھکر۔ 0300-7781693 - محمد رمضان صاحب نیوز ایجنٹ عبدالحکیم - محترم عدنان اکرم صاحب شور کوٹ کینٹ۔ 0333-7685578 - زمزم نیوز ایجنسی بہاولپور۔ 0300-6825135 - مکتبہ قادریہ ڈی بلاک پور پوالہ۔ 0300-7591190 - انیس بکڈ پو چوہدری فقیر محمد صاحب خان پور۔ 068-5572654 - حسن مآب نیوز ایجنسی گوجرانوالہ۔ 0321-64040648 - شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ بھمرہ شریف۔ 0301-6799177 - ملک محمود نوبید صاحب ٹوبہ ٹیک سنگھ۔ 0462-515706 - اسلامی نیوز ایجنسی کوٹ ادو (عبدالمالک صاحب)۔ 0333-6008515 - شاہد نیوز ایجنسی وزیر آباد۔ 0345-6892951 - حافظہ یراحمد جہانیاں کلاتھ ہاؤس احمد سنٹر جہانیاں۔ 0306-7604603 - الفتح نیوز ایجنسی مہران مرکز سکھر۔ 071-5613548 - خرم نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ کوئٹہ۔ 0333-7812805 - نایاب نیوز ایجنسی ڈسکہ۔ 0300-6430315 - انجیب نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ حیدر آباد۔ 0300-3037026 - خالد بک سنٹر مسلم بازار گجرات۔ 0333-8421027 - شیخ محمد لطیف صاحب درگاہ بازار پاکپتن۔ 0457-374452 - نعیم پٹنار سنور حضرو ضلع انک۔ 0301-5514113 - ملک اینڈ سنز ریلوے روڈ سالکوٹ۔ 0524-598189 - عطاء الرحمن مکہ میڈیکل سٹور نزد سول ہسپتال قلعہ دیدار سنگھ گوجرانوالہ۔ 0554-710430 - فاروق نیوز ایجنسی ٹھینگ موڑ دہاڑی۔ 0333-6005921 - امتیاز احمد صاحب ٹیشٹی ریسٹورنٹ، میلی۔ 0321-7982550 - حبیب لائبریری اینڈ بک ڈپولیا علی چوک واہ کینٹ۔ 0514-543384



## کالی دنیا کالے عامل اور ازیلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآن طاقت کا کمال

ترقی یافتہ سائنسی دور کے باوجود خرو لوگ پریشان کیوں ہیں؟ پھر پیشہ ور کا لے عالموں کی مکاریاں آخر عروج پر کیوں ہیں؟ اس کی وجہ قرآنی کمالات سے لاعلمی اور دوری ہے آئیے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روشناس کرائیں تاکہ آپ کی مایوس کردینے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین جائے ان آزمودہ قرآنی شفاؤں کو آزما کر خودکشی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہمیشہ برسرِ کر ہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرۃ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں گے۔

کھانا خراب ہو جانے کا خوف

جس شخص کو اندیشہ ہو کہ میرا کھانا وغیرہ رات کو سڑ جائے گا  
وہ تین مرتبہ آیت **فَانْظُرْ اِلٰی طَعَامِكَ وَ  
شَرَابِكَ لَمْ يَتَسَنَّهٖ** پڑھ کر دم کرے پھر احتیاط  
سے رکھ دے۔ صبح کو اس کھانے کے اٹھاتے وقت اس  
آیت کو پڑھ کر اٹھائے انشاء اللہ تعالیٰ کھانا سڑنے سے  
محفوظ رہے گا۔

حضرت عمرؓ سے تفسیر درمنثور میں منقول ہے کہ میت کو دفن کرتے ہی سرہانے سورہ بقرہ کا پہلا رکوع، پیروں کی طرف اَمِّنَ الرَّسُولُ آخر تک انگلی رکھ کر پڑھنا میت کی مغفرت کا ذریعہ ہوتا ہے۔

جو شخص رات کو ایک دنہ الرُّسُولُ آخر تک پڑھ کر سونے گا ہر ایک موزی شے جن، چور، سانپ اور کچھو سے محفوظ رہے گا۔ ترمذی شریف میں نعمان بن بشیرؓ سے روایت ہے کہ جناب صادق المصدق علیہ السلام سے فرمایا کہ خداوند تعالیٰ نے آسمان و زمین کی پیدائش سے دو ہزار برس پہلے ایک کتاب قلم قدرت سے تحریر فرمائی تھی اُس مبارک کتاب میں سے دو آیتیں سورہ بقرہ کی آخر میں نازل کی گئی ہے۔ جس گھر میں تین دن تک یہ آیتیں یعنی اَمِّنَ الرُّسُولُ سے آخر تک برابر پڑھی جائیں گی اس گھر میں شیطان کبھی نہ آئے گا۔

جس عورت کو حمل نہ رہتا ہوسات دن تک نہار نہ روٹی کے  
 ٹکڑے پر یہ آیت لکھ کر کھائے انشاء اللہ حمل ظہر جائے گا۔  
 آیت یہ ہے۔ **هُوَ الَّذِي يُصَوِّرُكُمْ فِي  
 الْأَرْحَامِ كَيْفَ يَشَاءُ ۚ لَا إِلَهَ إِلَّا  
 هُوَ الْعَزِيزُ الْحَكِيمُ** ۵ چاند کی پہلی تاریخ سے یہ عمل  
 شروع کیا جائے ضرور انشاء اللہ کامیابی ہوگی۔ تجربہ سے  
 نہایت مفید ثابت ہوا ہے۔

اگر کسی کا اکلوتا بیٹا مر گیا ہو وہ شخص اس آیت کو ایک سو ایک مرتبہ روز پڑھے انشاء اللہ دل کو بھی صبر آ جائے اور اُس فرزند کا بدلہ دوسرا فرزند جلد ملے گا آیت یہ ہے۔ رَبَّنَا لَا تُزِغْ قُلُوبَنَا بَعْدَ اِذْ هَدَيْتَنَا وَهَبْ لَنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً اِنَّكَ اَنْتَ الْوَهَّابُ

سوال:- (س۔ ر۔ خ)

ہے۔ مجھ سے ایک آدھ سال چھوٹی ہوگی۔ میں نے اسے اپنی بہن بنایا تھا۔ اس نے بھی مجھے اپنا بھائی کہا لیکن پھر نہ جانے اس کے جی میں کیا آئی کہ اس نے منہ پھیر لیا۔ خدا گواہ ہے میں اسے اب بھی سبکی بہن ہی کی طرح سمجھتا ہوں میں نے اس کی بدگمانی دور کرنے کی ہر ممکن کوشش کی مگر وہ بس سے مس نہ ہوئی۔ اس نے مجھے کئی بار کتا کہہ کر پکارا میں نے بالکل برا نہ مانا۔ اب اس نے مجھ سے بات چیت بھی بند کر دی ہے۔ اس کے اس طرز عمل سے میں تو زندہ در گور ہو کر رہ گیا ہوں۔ خدا را کوئی تو بتائے میں کس سے فریاد کروں مجھ بد نصیب کا آخر قصور کیا ہے؟

**جواب:-** آپ کے خط میں بڑی بے تابی کا اظہار ہے یاد رکھئے دوسری لڑکیاں اپنی ہمشیرہ کی جگہ کبھی نہیں لے سکتیں۔ نوجوانی کے عالم میں انسان اپنی جذباتی زندگی کو تسکین دینے کے لئے ایک ذریعہ یہ بھی تلاش کر لیتا ہے۔ اب آپ اپنے خط کو پڑھئے ”فریاد“ ”بد نصیب“ اور اسی طرح کے دوسرے الفاظ سے صاف واضح ہے کہ آپ کا لاشعور کسی اور کی تلاش میں ہے۔ آپ بہن کیوں بنانا چاہتے ہیں۔ جبکہ وہ لڑکی اس پر رضامند نہیں۔ اس سوال کا جواب آپ خود ہی بہتر دے سکتے ہیں۔

## خوشخبری

کیا علم چھپانا ثوابِ عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر نسخے فارمولے و وظائف، عملیات اور تعویذات کو چھپا کر قبر میں آخر لوگ کیوں لے جاتے ہیں؟ ہاں! تمام انگلیاں برابر نہیں مخلص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عملیات یا طب و حکمت سیکھنے کی خواہش رکھتے ہیں بندہ کے پاس جو کچھ ہے اپنا نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہذا جو فرد دیکھنا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس لئے پہلے اوقات کا تعین کر کے ملاقات کریں پھر چاہے گھر بیٹھے بھی سیکھ سکتے ہیں۔ خط و کتابت کے ذریعے سیکھنا ممکن نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راہنمائی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا نفیس نہیں۔

فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود عبقری مجددی چغتائی

ہمارا معاشرہ (بلکہ دنیا کا ہر معاشرہ) ڈسپلن کا طلب گار ہے اور یہ ہمیں اپنے گھر سے اپنے والدین سے ملتا ہے صبح مقررہ وقت پر اٹھنا مقررہ وقت پر کھانا سکول جانا اور گھر آنا گھر سے باہر جانا اور گھر لوٹنا یہ نظم و ضبط کے ابتدائی مراحل ہوتے ہیں انہی پابندیوں سے بچے کے اندر ڈسپلن پیدا ہوتا ہے فلمیں دیکھنے اور دوستوں میں فضول وقت برباد کرنے کی کھلی چھٹی سے بچوں میں نظم و ضبط کے خلاف باغبانہ خیالات پیدا ہوتے ہیں۔ اور جو بعد ازاں خود ان کے اور معاشرے کیلئے نقصان دہ ثابت ہوتے ہیں۔

البتہ میں ان والدین کے خلاف ہوں جو ناجائز پابندیاں عائد کرتے ہیں نظم و ضبط کے لئے لازم ہے کہ جائز آزادی بھی دی جائے معمولی باتوں پر روک ٹوک اور کھیل کود پر پابندی بچوں کو بزدل بنادیتی ہے۔ اگر آپ کوئی اچھی مثال دیتے تو شاید میں آپ کے والدین کو کوئی مشورہ دے سکتا مگر آپ کی مثال سے ظاہر ہوتا ہے کہ آپ ناجائز آزادی کے طلب گار ہیں کل کوئی نوجوان مجھے یہ لکھے کہ صاحب میرے ماں باپ نے میری تربیت بہت ناقص کی ہے کیونکہ کلب میں میرے دوست جب مختلف شرابوں کی اقسام پر بحث کرتے ہیں تو میں بہت شرمندہ ہوتا ہوں کہ مجھے وکی کے ناموں کا علم نہیں تو بتائیے میں اسے غلط تربیت کہوں گا یا معاشرتی برائی اُکے لئے بہتر یہی ہے کہ آپ عمومی معلومات کے علمی رسائل پڑھیں جن سے آپ کی معلومات عامہ میں اضافہ ہو سکے اس طرح آپ اپنے دوستوں میں مختلف موضوعات پر گفتگو کر سکیں گے فلموں پر بحث کرنے کے بجائے تعمیری موضوع کا انتخاب کیجئے آپ کے دوست آپ سے مرعوب بھی ہوں گے اور آپ میں دلچسپی بھی لیں گے۔

**سوال:-** (شیخ مہاویں۔۔۔ رجوعیہ ہزارہ)

زندگی کی اٹھارہ بہاریں دیکھ چکا ہوں۔ شاید اب زیادہ عرصے تک زندہ نہ رہوں۔ میری دادی جان کی ایک بھانجی

میں بی ایس سی کا طالب علم ہوں میرے والدین نے مجھے اچھا کپڑا پہننے کو دیا اچھا کھانے کو دیا مگر غیر تعلیم یافتہ ہونے کی وجہ سے انہوں نے میری تربیت اچھی طرح نہیں کی مجھے تھرڈ سیر تک سینما دیکھنے بازار جانے دوستوں کی سوسائٹی میں بیٹھنے کی قطعاً اجازت نہ تھی۔ نتیجہ یہ نکلا کہ میں بے حد درجہ ڈر پوک ہو گیا مجھ میں موجودہ زمانے کے ساتھ چلنے کی صلاحیت نہ رہی مثلاً میرے دوست جب کبھی کسی پکچر کے متعلق بحث کرتے ہیں تو میں خاموش بیٹھا رہتا ہوں۔ وہ میرا مذاق اڑاتے ہیں۔ کہ بی ایس سی کا طالب علم ہو کر بھی مشہور اداکاروں کے نام نہیں جانتا کسی بڑے افسر سے بات تک نہیں کر سکتا۔ خدا را میری الجھن کا علاج بتائیے۔

**جواب:-** محترم! آپ کا خط موجودہ معاشرے کے اکثر طالب علموں کی نمائندگی کرتا ہے آپ فرماتے ہیں کہ آپ کے والدین نے آپ کی اچھی تربیت نہیں کی۔ اکثر نوجوانوں کو یہ شکایت ہوتی ہے۔ مگر وہ اچھی اور بری تربیت میں تمیز نہیں کر سکتے۔ آپ نے جو مثال پیش کی ہے اسی سے اندازہ ہوتا ہے کہ آپ کے نزدیک اچھی تربیت کا مقصد فلموں کی کھلی اجازت دینا ہے گویا اچھی تربیت کا یہ معیار ہے کہ مشہور اداکاروں کے نام آپ کو ازبر ہوں۔ غالباً آپ کو اس سے بھی اتفاق نہ ہوگا کہ عہد جدید کی فلمیں ہماری نوجوان پود کے اخلاقی انحطاط کا باعث ہیں۔ مغربی ماہرین نفسیات (اور کچھ ہمارے یہاں کے ماہرین بھی) کا خیال رہا ہے کہ بچوں پر بے جا پابندیاں ان کی صلاحیتوں کی نشوونما میں رکاوٹ بن جاتی ہیں اس لئے انہیں آزادی ملنی چاہئے تاکہ وہ اپنی صلاحیتوں کو جاگر کر سکیں۔ میں ان ماہرین کے اس نظریے کا مخالف ہوں اور مجھے یقین ہے کہ جلد یا بدیر ماہرین کو اپنا نظریہ بدلنا پڑے گا حقیقت یہ ہے کہ پابندیاں نظم و ضبط (ڈسپلن) پیدا کرتی ہیں جن بچوں کو کھلی چھٹی دے دی جاتی ہے ان میں نظم و ضبط کا فقدان ہوتا ہے ہماری تمام زندگی اور

# ملتان مٹی اور لیموں سے کیل مہا سے کا علاج

مرسلہ  
ام جنید

یاد رکھیں حسن و جمال کا اظہار صرف محرم مرد یا ذاتی نکھار کے لیے ہی جائز ہے

☆ جلد کی اقسام

☆ کیل مہا سے کیوں ہوتے ہیں

جلد صحت مند رکھنے کیلئے یہ جاننا ضروری ہے کہ آپ کی جلد کتنی ہے یا خشک۔ یہ جاننے کیلئے آپ صبح اٹھنے کے بعد چہرہ دھوئے بغیر، ٹشو پیپر کا ایک ٹکڑا بیدیشانی پر گرٹھ لے دوسرے ٹکڑے سے ٹھوڑی صاف کریں۔ اگر ٹشو پیپر چکنا اور چمکدار ہو جائے تو اس کا مطلب ہے کہ آپ کی جلد کافی چکنی ہے۔ اسی طرح ٹشو پیپر کے ایک ٹکڑے سے اپنے گال صاف کر کے دیکھیں۔ اگر وہ صاف رہے، تو اس کا مطلب ہے کہ آپ کی جلد خشک ہے۔ بہت سی خواتین کی جلد ملی جلی ہوتی ہے یعنی گالوں پر خشک مگر ماتھے اور ٹھوڑی پر چکنی! اپنی جلد کی کیفیت جان لینے کے بعد ہم کسی حد تک کیل مہا سے کا تدارک کر سکتے ہیں کیونکہ چکنی جلد پر کیل مہا سے زیادہ جنم لیتے ہیں۔

ہماری جلد دو تھوں پر مشتمل ہے، ایک جو نظر آتی ہے اور دوسری اس سے نیچے والی۔ باہر والی تہ کے مجموعی افعال میں بیرونی عناصر سے جسم کی حفاظت اور اس کے درجہ حرارت کو اعتدال پر رکھنا شامل ہے۔ موسم کے لحاظ سے جلد میں تبدیلیاں جنم لیتی ہیں۔ باہر والی تہ خاص قسم کی پروٹین سے بنتی ہے جو کیراٹین کہلاتی ہے۔ یہ تہ ہماری جلد کو سردی، گرمی اور خشکی کے بد اثرات سے محفوظ رکھتی ہے۔ اندرونی تہ کا کام مسلسل نئے خلیات بنانا ہے جو اوپر کی طرف بڑھتے رہتے ہیں۔ بالائی سطح تک پہنچنے پر چھڑ جاتے ہیں ان کی جگہ نئے خلیے لیتے ہیں خلیوں کا یہ چکر سدا بہار ہے۔ اسے اس طرح بھی بیان کیا جاسکتا ہے کہ پرانی مردہ کھال یا جھلی جھڑ جائے، تو نئی کھال اور جھلی اس کی جگہ لے لیتی ہے۔ یوں ہماری جلد کی بالائی سطح ہمیشہ نرم و نازک اور تازہ رہتی ہے۔ خلیوں کے توڑ پھوڑ کا یہ عمل چہرے کی جلد سمیت ہماری تمام جلد پر جاری رہتا ہے مگر اتنی سست رفتار سے کہ ہمیں محسوس نہیں ہوتا۔ اگر مردہ اور بوڑھے خلیات چہرے کی جلد سے ہٹا دیے جائیں، تو نیچے کے تازہ اور نوجوان خلیے با آسانی اوپر کی تہ تک پہنچ سکتے ہیں۔ یہ عمل خواتین کی زبان میں، کلیمزنگ کہلاتا ہے۔ دراصل یہی وہ بنیادی اصول ہے جس پر حسن و نکھار کی عمارت کھڑی ہوتی ہے۔

مہا سے کی اصطلاح بند ہو جانے والے مہا سے کے لیے استعمال کی جاتی ہے۔ یہ حالت تب نمودار ہوتی ہے جب رطوبت خارج کرنے والے جلدی روغنی غدود بند ہو کر سوجن یا عفونت کا شکار ہو جائیں۔ کیل مہا سے دو وجوہات کی بنا پر پیدا ہوتے ہیں، اول جلد چکنی ہونے، دوم مناسب دیکھ بھال سے غفلت۔ اگر غذا میں مسالے، روغنات اور چکنائی زیادہ مقدار میں شامل رہے، تو جلد یا بدیر جلد پر دانے نکل آتے ہیں۔ کیل مہا سے سے چھٹکارے کیلئے سب سے موثر علاج کلیمزنگ ہے۔ ہماری جلد میں جگہ جگہ ننھے ننھے غدود پائے جاتے ہیں جو چربی (SEBACEOUS) غدود کہلاتے ہیں۔ ان سے ایک مادہ سیم خارج ہوتا ہے۔ یہی روغن قدرتی طور پر جلد اور بالوں کو چمکنا اور چمکدار بناتا ہے۔ جب یہ غدود زیادہ مقدار میں سیم خارج کرنے لگیں، تو متاثرہ جگہ مٹی اور تیل جمع ہونے کے باعث جراثیم حملہ آور ہوتے ہیں۔ ان کی موجودگی جلد میں سوزش (انفیکشن) پیدا کرنے کا سبب بنتی ہے۔ اسی عمل سے مہا سے پیدا ہوتے ہیں۔ کیل مہا سے ان حصوں میں زیادہ جنم لیتے ہیں جہاں یہ روغنی غدود ہیں مثلاً چہرہ، سینے کا وسطی حصہ کندھے اور پشت کا بالائی حصہ۔ چونکہ چہرے پر یہ غدود سب سے زیادہ ہیں لہذا وہیں سب سے زیادہ کیل مہا سے نمودار ہوتے ہیں۔ ان کی سب سے عام قسم وہ ہے جو عفوان شباب میں ظاہر ہوتی ہے۔ تاہم عمر کے کسی بھی حصے میں کیل مہا سے چہرے کی رونق مدہم کر سکتے ہیں۔

طبی ماہرین اب تک دریافت نہیں کر سکے کہ عفوان شباب کے وقت اس روغنی مادے کا اخراج زیادہ کیوں ہوتا ہے، غالب خیال ہے کہ اس طبی مسئلے کا تعلق ان ہارمونوں کے عمل سے ہے جن کی افزائش مرد یا عورت کی جنسی خصوصیات نمایاں کرتی ہے۔ عفوان شباب شروع ہوتے ہی ان ہارمونوں کی افزائش دوگنی ہو جاتی ہے۔ لڑکے لڑکیوں کو کیل مہا سے عموماً پندرہ سال کی عمر میں نکلتے ہیں۔ انہیں جوانی کی علامت سمجھا جاتا ہے۔ آٹھ فیصد کو

یہ بیس سال کی عمر میں نکلتے ہیں۔ ایک تحقیق کے مطابق بالغوں میں یہ مسئلہ اتنا شدید نہیں ہوتا جتنا نوجوانوں میں! تاخیر سے کیل مہا سے نمودار ہونے کی وجہ یہی ہے کہ ان میں جنسی ہارمونوں کی افزائش کا عمل دیر سے شروع ہوتا ہے۔ بعض عورتوں کو دوران ایام یا حمل کے وقت بھی اس مسئلے سے دوچار ہونا پڑتا ہے۔ وجہ وہی ہارمونوں کی مقدار میں کمی بیشی ہے۔ جب کوئی بھی ہوا آغاز شباب میں مہا سے کی آفت کو تقریباً سبب بنس کھیل کر منٹ لیتے ہیں مگر بلوغت کے بعد اور پختہ عمر میں یہ پریشان کن ثابت ہوتے ہیں کیونکہ یہ شخصیت و انداز کر کے بہت سے معاملات زندگی میں رکاوٹ کھڑی کر دیتے ہیں۔

پھر یہ ایسا مسئلہ ہے جس کا کوئی فوری علاج دستیاب نہیں، وقت اور قوت ارادی ہی اس کا بہترین علاج ہے۔ چربی غدد سے چمکنا مادہ اس وقت زیادہ نکلتا ہے جب چکنی چربی والی اور مسالے دار غذا کھائی جائیں لہذا کیل مہا سے نکلنے کی صورت میں ان سے پرہیز لازمی ہے چربی غدد سے جب روغنی مادہ زیادہ نکلتے لگے، تو چہرے کے مسام کھل جاتے اور جلد سرک ہو جاتی ہے۔ انہیں بند کرنے کیلئے ماسک لگایا جاتا ہے تاکہ جلد کھینچ جائے۔ ماسک لگانے سے روغنی مادے کا اخراج کم ہوتا ہے اور جلد معمول کے مطابق ہو جاتی ہے۔

## ماسک بنانے کی ترکیب

ملتان مٹی: ایک چمچ، پانی ایک چمچ، لیموں کا رس ایک چمچ یہ تینوں اشیاء یکجا کے پھینٹ لیں۔ گاڑھا آمیزہ تیار ہو جائے، تو اسے بیس منٹ کے لئے چہرے پر لگا دیں۔ بعد ازاں نیم گرم پانی سے چہرہ دھو لیں۔ ایک دن چھوڑ کر یہ عمل دہرائیں۔ کیل مہا سے متاثرہ خواتین چند احتیاطی تدابیر اپنائیں، تو انہیں فائدہ ہوگا۔ چوہے کے قریب زیادہ دیر نہ کھڑی رہیں۔ چکنائی سے بھرپور اور مرغن کھانوں سے پرہیز رکھیں۔ چٹ پٹے پکوانوں سے بھی بچیں، دھوپ میں نہ جائیں۔ پانی زیادہ پیئیں کھلی اور صاف فضا میں گھومیں پھریں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)



## حکماء کی زندگیوں کے طبی نچوڑ

لا علاج امراض کے ایک ہزار سے زائد سینہ در سینہ رہنے والے طبی رازوں سے پردہ اٹھتا ہے۔ حیرت انگیز تجربہ انکشافات لا جواب محنت اور تھکے مشہور ہے کہ لوگ اپنے راز اپنی اولاد کو بھی نہیں دیتے بلکہ چھپا کر قبروں میں ساتھ لے جاتے ہیں۔ شاید یہ بات درست ہو۔ لیکن ہم نے اس کو جھوٹ کر دکھایا ہے وہ اس لئے طبی نچوڑ ان بے شمار تجربہ شدہ ہندو، سکھ اور مسلمان حکماء اور اطباء کی سالہا سال کی زندگیوں کا نچوڑ ہے جو در در کی ٹھوکروں کے بعد انہیں حاصل ہوئے پھر انہوں نے انہیں اپنی ذاتی یا بیاض میں لکھا اور وہ ہم نے کیسے حاصل کیے یہ طویل کہانی ہے۔ لا علاج مریضوں کے لئے کہ وہ اپنا علاج خود کر سکتے ہیں۔ ایسے لوگ جنہیں طبی دنیا میں معلومات کا شوق ہے یا وہ سینہ در سینہ چلنے والے پانا چاہتے ہیں ان کے لیے یہ چھپا ہوا موتی یعنی طبی نچوڑ ہے۔ قدر دان کی کریں اور فائدہ اٹھائیں۔ خواتین خود پریشان ہوں اور اپنا علاج خود کرنا چاہتی ہوں یا پھر اپنے روگ کسی کو بتانے لگی ہوں وہ خود علاج چاہتی ہوں یا اپنے بچوں کا شافی علاج چاہتی ہوں تو ان کے لیے یہ کتاب ایک نعمت ہے۔ اس کتاب میں بقرہ، جالبوس، تباذوق اور ہزاروں سالوں پرانے معالجین کے راز جو آج کی سائنس نے نہ صرف تسلیم کیے بلکہ مزید تحقیق بھی طبی نچوڑ میں پڑھیں۔ شاہی چورن کا ایک لا جواب نسخہ جو صرف چار اجزاء پر مشتمل ہے لیکن آپ کے گھر بھر کے مسائل میں ایسی مدد کرتے کہ گھر کا کوئی فرد مریض نہ رہے ہاں اسکی لاگت صرف چند روپے ہیں ہوتی نا بات مزے کے طبی نچوڑ میں پڑھیں۔ عمل قرار پانے کا آسان طریقہ بالکل آسان اور سستا دماغی اور نگاہوں کی قوت کا لا جواب نسخہ۔ کھانسی اور دمہ کی آزمودہ ترکیب۔ بڑھاپا دور کرنے والا نسخہ ضرور پڑھیں بہت تلاش کے بعد یہ راز کتاب میں لکھا ہے جو نسلوں کا راز تھا۔ نہیں بلکہ آپ کی ہر لا علاج مرض کا کامیاب علاج اس کتاب کے ہر صفحہ پر نہایت آسان سستا اور بالکل آزمودہ جو ہم نے بہت کوشش کے بعد آپ کی خدمت میں پیش کیا ہے۔ اس کتاب کی شکل میں جس کا ایک نسخہ لاکھوں روپے کا جس کا ایک فارمولا اصول جب کوئی ہر طرف سے مایوس ہو جائے تو پھر اس کتاب کی ورق گردانی کرے کتاب اسے مایوس نہ کرے گی اعتماد شرط ہے۔ کیونکہ اس کتاب میں نامور معالجین اور تقسیم ہند سے قبل کے بڑے بڑے بوڑھے سنیاسیوں، سادھوؤں، جویوں کے ایسے ایسے راز ہیں کہ دل خوش ہو جائے اور محنت قبول ہو جائے۔

### (بقیہ: خواتین پوچھتی ہیں)

تیل میں دو چھ مہندی کے تازہ یا سوکھے پتے ڈال کر پانچ منٹ تک ہلکی آنچ پر پکائیے اور چھان کر شیشی میں رکھیں۔ رات کو سوتے وقت یہ تیل زرخوں پر لگائیے، انگلی سے اچھی طرح شکاف میں بھرئیے۔ آپ نے یہ نہیں لکھا کہ خون کس رنگ کا ہے اور کس وقت زیادہ آتا ہے۔ رات کو یاد نہ آئے؟ آپ کی لیڈی ڈاکٹر سے اندرونی چیک اپ ضرور کرائیے۔ اپنی غذا کا خیال رکھیں آپ بچی کو دودھ پلاتی ہیں، اس تکلیف کی وجہ سے کمزور ہو جاتی ہے۔

## نیند کے غلبے کے باوجود نیند نہیں آ رہی تھی

دعاؤں کے معجزانہ اثرات چشم و اشاعت کی روشنی میں

(مولانا محمد الیاس ندوی)

آلودگیوں کا ازالہ ہو جاتا ہے، آپ کا ارشاد ہے کہ ہر چھینکنے والا چھینک کی اس نعت پر الحمد للہ کہے، سننے والا اس کو رحمت کی دعا دے اور یرحمک اللہ کہے، اس کے جواب میں وہ بھی اس کو ہدایت کی دعا دے اور یرہد یکم اللہ ویصلح بالکم کہے۔ ہمیں روز متعدد بار چھینک آتی ہے اور اللہ ہی بہتر جانتا ہے کہ اس سے سرود ماغ اور ناک کی کتنی غلاظتیں اور گندگیاں باہر آتی ہیں اور ہمارے لئے راحت کا سبب بنتی ہیں، اگر خدا خواستہ ان چھینکوں کا فطری و قدرتی سلسلہ بند ہو جائے تو ہم کتنی بیماریوں اور آزمائشوں سے دو چار ہو جائیں اس کا اندازہ لگانا مشکل نہیں ہے، درحقیقت چھینک اللہ کی بڑی رحمت ہے اور اس پر ہمیں اللہ کا ہر بار شکر ادا کرنا چاہئے اسی پس منظر تناظر میں چھینک آنے پر الحمد للہ کہنے کی ہمیں تعلیم دی گئی ہے۔

(بقیہ: نفس کی پاکیزگی اور طبیعت میں انکساری) اور اللہ تعالیٰ اسے صاحب ثروت و جاہ کرے گا۔ اگر اس اسم پاک کو انگوٹھی پر نقش کر کے پہنے گا تو دنیا کی نظروں میں عزیز ہو گا۔ مسیحات عشر:- یہ دس چیزیں ہیں جنہیں مع بسم اللہ سات سات پڑھا جاتا ہے (۱) سورۃ فاتحہ (۲) آیتہ الکرسی (۳) سورۃ الکافرون (۴) سورۃ الاخلاص (۵) سورۃ الفلق (۶) سورۃ الناس (۷) کلمہ تجمید (۸) درود شریف (۹) اَللّٰهُمَّ اغْفِرْ لِيْ وَلِوَالِدَيَّ وَلِوَالِدَتَيَّ وَارْحَمْنِيْمْ اَجْمَعًا كَمَا رَحِمْتَ صَبِيْرًا صَغِيْرًا اَللّٰهُمَّ اغْفِرْ لِّجَمِيْعِ الْمُؤْمِنِيْنَ وَ الْمُؤْمِنَاتِ وَ الْمُسْلِمِيْنَ وَ الْمُسْلِمَاتِ الْاَحْيَاءِ مِنْهُمْ وَ الْاَمْوَاتِ اِنَّكَ مُجِيبُ الدَّعَوَاتِ يَا قَاضِيَ الْحَاجَاتِ وَيَا رَافِعَ الدَّرَجَاتِ بِرَحْمَتِكَ يَا اَرْحَمَ الرَّحِيْمِيْنَ۔

(۱۰) اَللّٰهُمَّ يَا رَبِّ اَفْعَلْ بِيْ وَبِهِمْ عَاجِلًا وَ اَجَلًا فَيَا لَدِيْنِ وَ الدُّنْيَا وَ الْاٰخِرَةِ مَا اَنْتَ لَهٗ اَهْلٌ اِنَّكَ غَفُوْرٌ جَوَادٌ كَرِيْمٌ رَّءُوْفٌ رَّحِيْمٌ۔

اس اسم پاک "یا جبار" کا ذکر فقیروں مجتاجوں، بیماروں، اناجیوں کی امداد کرنے کی بڑی فکر رکھے گا اس کے مزاج میں تھوڑی سی حکومت کی سی بڑھ پیدا ہوگی۔

عابد حسب معمول رات کو کھانا کھا کر بستر پر لیٹ گیا، اس کی عادت کے مطابق دس پندرہ منٹ میں اس کو نیند آ جانی چاہئے تھی لیکن خلاف معمول آج وہ بستر پر مسلسل کروٹیں بدل رہا تھا، نیند کے غلبے کے باوجود نیند نہیں آ رہی تھی اور اس کو اپنی طبیعت میں گرانی محسوس ہو رہی تھی، سر بوجھل تھا اور ایسا محسوس ہو رہا تھا جیسے اس کے دماغ میں کوئی چیز انگ گئی ہے، اس سے اس کو سانس لینے میں بھی دشواری محسوس ہو رہی تھی، کسی طرح بستر پر لوٹ پوٹ کر اس نے رات گزاری اور صبح ہوتے ہی اس نے اپنے ڈاکٹر کے پاس جا کر رات بھر کی اپنی کیفیت بیان کی، ڈاکٹر نے پوری تفصیل سننے کے بعد اس کی جانچ کی، اس کو اس نتیجہ پر پہنچنے میں دین نہیں لگی کہ دراصل عابد کے سر میں ناک کے بانسہ کے اوپر کوئی چیز انکس گئی ہے جس سے اس کو ان سب تکلیف دہ مسائل کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے، ڈاکٹر نے کہا کہ جو دوا میں آپ کو دے رہا ہوں اس سے آپ کی ناک بہنے لگے گی اور کثرت سے آپ کو چھینکیں آئیں گی، آپ نہ گھبراہٹیں۔

یہ میں اس لئے کر رہا ہوں کہ دماغ سے ناک تک جو نالی ہے وہ صاف ہو جائے اور اس میں موجود رکاوٹ باہر نکل جائے تاکہ آپ معمول کے مطابق سانس لے سکیں، گھر جا کر عابد نے دوا لی اور ناشتہ کھا کر بستر پر لیٹ گیا، کچھ ہی دیر میں زور سے اس کو چھینک آئی اور جی ہوئی سردی کا کچھ حصہ جو گرد و غبار کی آمیزش سے گہرا رنگ لئے ہوئے تھا باہر آ گیا اور طبیعت میں اچانک نشاط و راحت کا اس کو احساس ہوا جس کے بعد بے ساختہ عابد کی زبان سے نکلا اے اللہ:

اس چھینک پر تیرا ہی شکر ہے کہ اس نے میری بیماری و مصیبت کو زائل کر دیا ورنہ اگر یہ نہ آتی تو تکلیف کا تسلسل برقرار رہتا، پھر اس کو اچانک خیال آیا کہ اللہ کے رسول نے ہر چھینکنے والے کو الحمد للہ کہنے کی اسی لئے تعلیم دی تھی کہ ہر چھینک سے سرود ماغ اور ناک وغیرہ میں موجود گندگیوں اور

# آپ کا خواب اور روشن تعبیر

گھر میں کانٹے

(شخ.....ہندی)

خواب:- میں دیکھتا ہوں کہ میں کراچی میں اپنی خالہ کے گھر جاتا ہوں۔ گھر میں داخل ہوتا ہوں تو خالہ اور ان کی بیٹی (ع) جس سے میں پیار کرتا ہوں، بیٹھے ہوتے ہیں، ان سے سلام لیکر خالہ سے میں ان کی بڑی بیٹی (ت) کے بارے میں پوچھتا ہوں تو خالہ کہتی ہیں، وہ چھت پر ہے۔ میں چھت پر جاتا ہوں اسے سلام کرتا ہوں اور کہتا ہوں کہ میں جب بھی آتا ہوں، آپ چھت پر ہی ہوتی ہیں، تو وہ جواب نہیں دیتی۔ میں کہتا ہوں کہ نیچے اپنے بوائے فرینڈ کو دیکھ رہی ہو، تو وہ کہتی ہے کہ میرا کوئی دوست نہیں، جس دن میں نے دوستی کی، گھر میں کانٹے آئیں گے۔ اور میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر:- آپ کے خواب کی مطابق جس جگہ آپ رشتہ کرنا چاہتے ہیں، اس میں بعض لوگوں کی طرف سے مخالفت کا سامنا ہو سکتا ہے۔ آپ ”یا ناصر“ 241 بار بعد نماز فجر پڑھ کر دعا کر لیا کریں۔

دودھ میں بچھو

(ناہید لاہور)

خواب:- میں نے دیکھا کہ احمد جو کہ میری محبت ہے، اسکی شادی ہو رہی ہے لیکن وہ ہمارے گھر کے برآمدے میں دولہا بن کر بیٹھا ہے اور میرے ساتھ میرے چچا کا بیٹا بیٹھا ہے۔ اس کے علاوہ شاہد کے گھر والے بھی ہیں۔ اور میرے رشتے دار اور گھر والے بھی ہیں اسکی بہن بہت زیادہ طنز کرتی ہے اور میری طرف دیکھتی ہے میں کمرے میں ہوں اور شاہد برآمدے میں دولہا بنا بیٹھا ہے، میں کمرے میں کولڈ ڈرنک پی رہی ہوں اور وہ بھی پی رہا ہوتا ہے اور میری طرف دیکھتا ہے اور بہت زیادہ پریشان ہوتا ہے، میں روتی نہیں ہوں لیکن پریشان بہت زیادہ ہوں اور بہت غصے میں ہوتی ہوں۔ بارات چلی جاتی ہے تو میں کہتی ہوں کہ آج شاہد کی

سہاگ رات ہے، میں اسے فون کرتی ہوں، پھر ایسے محسوس ہوتا ہے کہ میں دودھ یا چائے پی رہی ہوں، تو اس میں سے بچھو نکلتا ہے

تعبیر:- آپ کے خواب کے مطابق آپ جس جگہ رشتہ چاہتی ہیں، وہاں بات طے ہونا بہت مشکل ہے اور کئی طرح کی پریشانیوں کے سامنے کا خدشہ بھی ہے۔ آپ روزانہ

1200 بار بعد نماز عشاء ”یا بدیع العجائب بالخیر یا بدیع“ پڑھ کر دعا کیا کریں۔ اول آخر درود شریف 12 مرتبہ ضرور پڑھیں۔

جیل سے رہائی

(محمد جاوید.....ہندی)

خواب:- بندہ نے ایک عیسائی کو جو بندہ کا دوست بن چکا ہے دعوت اسلام دی اس نے میرے ساتھ وعدہ کیا ہے کہ جب جیل سے باہر جاؤں گا تو اسلام قبول کروں گا اور اب بندہ نے جو خواب دیکھا ہے وہ یہ ہے۔ ایک بہت بڑے گڑھے میں کھڑا ہے اور اس کے باہر لکنا ناممکن نظر آتا ہے اتنے میں بندہ کے کچھ رشتہ دار وہاں آتے ہیں اور ان میں وہ عیسائی بھی ساتھ چلا آ رہا ہے جس کا اوپر ذکر آچکا ہے۔ رشتہ دار گڑھے کے نزدیک آ کر کھڑے ہو جاتے ہیں اور وہ عیسائی کوشش کر کے مجھے باہر نکالتا ہے اس کے بعد منظر کچھ تبدیل ہوتا ہے ہم تقریباً چار آدمی اپنی بستی کے نزدیکی چوراہے پر کھڑے ہیں ہمارے ساتھ وہ عیسائی بھی ہے پھر ہم ایک جگہ منعقد کراتے ہیں اس جگہ میں ملک کی نامور شخصیت مدعو تھیں جنہیں تقریر کرتا تھی لوگ اس جگہ میں جوق در جوق آرہے تھے ان میں ہماری بستی کے شناسا لوگ بھی تھے رشتہ دار بھی تھے لیکن مجھے کسی کا انتظار تھا اپنے والدین کا۔

تعبیر:- یہ خواب آپ کے حق میں بہت مبارک ہے اور اس میں جیل سے رہائی کی بشارت ہے ورنہ آپ اپنے جرم کی پاداش میں قطعاً رہائی کے مستحق نہیں تھے لیکن ایک غیر

مسلم کو دعوت اسلام کی یہ ادا کریم آقا کو بھاگنی اس کی برکت سے آپ کے لیے رہائی کا فیصلہ ہو جائے گا۔ چنانچہ آپ خود بھی اپنے عقائد و اعمال سے اسلام کا دامن مضبوطی سے تھامے رکھئے اسی میں نجات ہے۔ (واللہ اعلم)

زبان پر کنزول

وقار بھٹی.....لاہور

خواب:- میں نے خواب میں دیکھا کہ میں اور میرا چھوٹا بھائی راشد منہاس روڈ کراچی پر سفر کر رہے تھے اور بس کے ذریعے ڈرگ روڈ بازار جہاں میری رہائش ہے جا رہے ہیں میرے ساتھ ایک ادھیڑ عمر شخص بیٹھا ہے۔ بس میں خالص شاہ ہے اور وہ مجھ پر تقریباً گرا ہوا ہے رش کم ہونے کے بعد میں اس کو تھوڑا ہٹنے کو کہتا ہوں تو وہ برہم ہو کر چاقو نکال لیتا ہے اور مجھے ڈرانے لگتا ہے کیونکہ میرا شاپ قریب ہے اس لیے میں دروازے پر آ جاتا ہوں اور اس کو سمجھاتا ہوں مگر وہ مسلسل مجھ کو مارنا چاہتا ہے میں بس سے اتر کر بھاگتا ہوں تو اس کا ایک ساتھی بس سے اتر کر میرے پیچھے بھاگتا ہے۔ میرا بھائی میرے لیے بس سے پیسے پھینکتا ہے کیونکہ اس کے خیال میں میرے پاس کرائے کے پیسے نہیں ہیں۔ مگر میں جلدی میں پیسے بھی نہیں اٹھاتا اور بھاگنے کی وجہ سے میری چپل بھی اتر جاتی ہے کچھ دور جانے کے بعد پولیس اس آدمی کو پکڑ لیتی ہے وہ کوئی پرانا مجرم ہے جو پولیس کو مطلوب بھی ہے۔ اس کے بعد میں بس کے ذریعے اپنے گھر پہنچ جاتا ہوں یہ بس وہ نہیں ہے جس میں پہلے سوار تھا۔

تعبیر:- آپ کا دشمن آپ کو نقصان پہنچانا چاہتا ہے مگر آپ محفوظ رہیں گے اور دشمن اپنی سازش میں ناکام رہے گا اور آپ کا کچھ نہیں بگاڑ سکے گا البتہ آپ اپنی زبان پر کنزول رکھیں اور بے جا گفتگو سے اجتناب کریں۔ مصائب سے عافیت مانگتے رہیں۔ اگر خدا خواستہ آ جائے تو صبر و استقامت کا پہاڑ بن کر میدان مجاہدہ میں اتر آئیے۔

فقط.....واللہ اعلم

# جلد کے چار دشمن

قدرت نے جانوروں کو کھال اور انسانوں کو جلد عطا کی ہے، جانوروں کی کھال، ان کا لباس اور برتن بھی ہے، جب کہ انسانی کھال جسم کا سب سے بڑا کارآمد اور بے حد حساس عضو ہے، اس میں پسینے کے غدود واقع ہیں جو گرمیوں میں پسینہ لاکر ہمیں گرمی کی شدت سے محفوظ رکھتے ہیں۔ اس میں روئی غدود واقع ہیں جو جلد کو چمکانہ رکھتے ہیں اور اس طرح وہ جھریوں سے محفوظ رہتی ہے۔ انسانی جلد جسم کا ستر بھی ہے اور اس کے نیچے زائد چربی، ہنک اور شکر رہتی ہے اور بروقت ضرورت دہیں سے یہ چیزیں جسم کو فراہم ہوتی ہیں۔

(۱) پہلا دشمن، تیز دھوپ :- دھوپ کے جلد پر پڑنے سے اس میں دھاتیں ڈی کی تیاری کا عمل تیز ہو جاتا ہے۔ لیکن اسی دھوپ کی کثرت سے جلد کو نقصان بھی پہنچتا ہے، دھوپ میں سب سے مضر بالائے منفی شعاعیں (الٹرا وائلٹ) ہوتی ہیں۔ سورج سے خارج ہونے والی یہ شعاعیں زمین کے گرد لپٹی اور زون کی چادر کی وجہ سے کم مقدار میں زمین پر پہنچتی ہیں، لیکن فضائی آلودگی اور صنعتی گیوس کے بکثرت اخراج کی وجہ اور زون کی چادر اب جگہ جگہ سے پھٹ گئی ہے۔ جس کی وجہ سے یہ مضر شعاعیں زیادہ مقدار میں زمین تک پہنچنے لگی ہیں۔ ان کی وجہ سے سارے ماحول کو شدید نقصان پہنچ رہا ہے جس کی تفصیل کا ذکر یہاں مناسب نہیں، یہاں صرف ان کی جلد کو پہنچنے والے نقصان اور اس کے ازالے سے ہے۔ امریکہ اور کینیڈا کے علاوہ آسٹریلیا اور دیگر ترقی یافتہ ملکوں کے ماہرین امراض جلد کی رائے کے مطابق ان شعاعوں سے جلد کا سرطان کے علاوہ بھی دیگر شدید قسم کے نقصانات لاحق ہو رہے ہیں، جن کی ٹھیک نشاندہی میں ابھی کچھ وقت گنگے گا، ان ماہرین کی رائے میں ان شعاعوں کا سب سے زیادہ نقصان انسانی جسم کی مامونیت یعنی امراض کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت کو پہنچ رہا ہے۔ جس کے نتیجے میں مختلف امراض و شکایات کے علاوہ اب انسان کے ساتھ ساتھ جانوروں کو بھی آنکھوں کی خرابی خاص طور پر موتیا بندی شکایات ہو رہی ہیں۔ ان شعاعوں سے آنکھوں کے علاوہ جلد کو بچانا بہت ضروری ہے، ایک وقت تھا کہ سفید فام خوب تن اور مرد دھوپ میں گھٹوں لیٹ کر جلد کی رنگت سناوٹی کرنے کے جنون میں مبتلا رہتے تھے لیکن اب اندازہ ہو رہا ہے کہ یہ عمل ان کے لیے نقصان کا باعث بنتا جا رہا ہے۔ تیز دھوپ سے اپنی جلد کی حفاظت کیجئے۔ مغربی ملکوں میں اس مقصد کے لیے مختلف کریمیں جسم پر ملی جاتی ہیں، بچاؤ کی بہترین تدبیر یہ ہے کہ تیز دھوپ میں بلاوجہ گھومنے سے گریز کیا جائے مشرق کے قدیم ملکوں میں زمانہ قدیم سے چھتری اور ٹوٹی کا استعمال ہو رہا ہے، چھتری کے علاوہ پوری آستین کی قمیصوں کا استعمال بھی بہترین تدبیر ہے، دن کے دس بجے سے سہ پہر کے تین بجے تک دھوپ میں زیادہ قیام سے بچنا چاہیے۔ (2) دوسرا دشمن رطوبت :- مرطوب آب و ہوا میں جسم سے پسینہ خوب خارج ہوتا ہے اور جلد کے متواتر نم یا گیلا رہنے کی وجہ سے اس میں پھپھوندی کی

(نفس) خمیری اور جراثیمی جھوٹ کی شکایات پیدا ہونے لگتی ہیں، نفی اور رحر حرارت سے یہ شکایات خوب پھیلی پھولتی ہیں۔ (3) تیسرا دشمن خشکی :- جلد کے لیے خشکی سخت مضر ثابت ہوتی ہے، گرم خشک ہواؤں کے علاوہ خشک برفانی ہواؤں سے بھی جلد کو نقصان پہنچتا ہے، ان ہواؤں میں صنعتی آلودگیوں اور گیوس وغیرہ کے شامل ہونے سے جلد شکایات لاحق ہوتی ہیں۔ کراچی اور لاہور جیسے بڑے شہروں میں سیسے، کاربن اور دیگر کیمیائی آلودگیوں کی وجہ سے خشکی کی مضریتیں اور بھی بڑھ جاتی ہیں، اس سے بچنے کے لیے جلد کو شیم گرم پانی سے دھونے کے بعد اس پر کوئی ملکی سے چکنائی لگادی جائے ہو تو وقت یا کم از کم دن میں ایک بار گلیسرین میں عرق ملا کر لگانا بھی اچھی تدبیر ہے۔ (4) چوتھا دشمن گرد اور آلودگی :- گرد وغبار سے جلد کو نقصان پہنچتا ہے، گرد میں دیگر مضر اشیاء کے شامل ہونے سے جلد مزید مضر ہوتی ہے۔ اس کی ایک بہترین تدبیر پانچوں وقت وضو کا اہتمام ہے، اس طرح جسم کے کم از کم کٹے رہنے والے اعضا اچھی طرح دھلتے رہتے ہیں، گلیسرین صابن اس مقصد کے لیے بہترین ہوتا ہے۔ (ہمدرد صحت کراچی)

## (بقیہ: معالج اور مریضوں کے تجربات)

### میری معالجاتی زندگی کا ایک عجیب واقعہ

۱۹۴۷ء کا واقعہ ہے کہ جب کہ میں ریاست جموں کی ایک تحصیل میں مطب کیا کرتا تھا۔ ایک روز صبح ہی میری پرانی خادمہ نے مجھے آکر جگایا اور کہا کہ باہر مجھے کوئی بلا رہا ہے۔ کسی مریض کو دکھانا ہے۔ میرے تصور میں ایک دم ہیضہ کی شکل پھر گئی، اس لئے کہ چند روز سے یہ متعدی مرض پورے پرگنہ میں بری طرح وبا کی شکل میں پھوٹ پڑا تھا۔ خیر میں فوراً کھڑا ہوا۔ جلدی جلدی منہ ہاتھ دھو کر ناشتہ کے بغیر باہر مطب میں آ گیا۔ پوچھنے پر معلوم ہوا کہ واقعہ مریض ہیضہ کا ہے اور یہاں سے جیسے سیل کے فاصلے پر ہے دیہات سے یہ عقل مند مجھے لینے تو آگئے لیکن مریض کو تیل گاڑی پر ڈال کر نہلا سکے، تاکہ اس کو جلدی طبی امداد مل جاتی۔ خیر یہ سوچنے کا وقت نہ تھا۔ میں نے فوراً کپوٹر کو پینڈ بیگ اٹھانے کا اشارہ کیا اور گاڑی پر سوار ہو گیا اور بجائے ڈیڑھ گھنٹے کے یہ کچا راستہ پون گھنٹے میں طے کر کے جس وقت ہم مریض کے کمرے میں پہنچے تو مریض کا جسم سرد ہو رہا تھا۔ سانس کی حالت تک بگڑ چلی تھی۔ تاہم جلدی جلدی دوا تیار کر کے ایک فل ڈوز پیکاری کے ذریعے (سیال نمکین کی) مریض کے جسم میں داخل کی۔ تھوڑی دیر میں مریض کی حالت سنبھلتی نظر آئی۔ میں ابھی مریض کے پیٹے کے واسطے دو لکھ ہی رہا تھا کہ گاؤں میں میری آمد کی خبر پا کر ایک دم ہیضے کے چار اور مریض آ موجود ہوئے۔ مریض چار، دو داخل کرنے کا آد ایک اور دو ابھی ایک مریض کی باقی، اور دو خانہ چھ میل دور۔ پھر بھی میں نے مریضوں کو اسی مکان کے برابر والے کمرے میں بلا لیا اور خود دوا تیار کر کے مریض کے دوا داخل کی جس کی حالت نازک تھی۔ جون جون سیال نمکین کا آخری قطرہ مریض کی درید میں داخل ہو رہا تھا، اس کی حالت درست ہو رہی تھی۔ اسی دوران میں باقی تین مریضوں پر اس دوا اور طریقہ علاج کے چار دواثر ہونے کا سکھ اپنی باتوں میں بٹھا چکا تھا اور پھر ان دوسرے مریضوں کی سنبھلتی ہوئی حالت ان پر اچھا اثر ڈال رہی تھی۔

# جادو کا عمل کرنے سے توبہ

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ عنہا فرماتی ہیں کہ ”آنحضرت ﷺ کی وفات کے بعد ایک عورت دوسرا بچہ دل سے آپ ﷺ کو ڈھونڈتی آئی، وہ جادو کے بارے میں پوچھنا چاہتی تھی کہ جادو کیا کیا مگر کیا نہیں“ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا نے فرمایا اے عروہ (یہ حضرت عائشہ رضی اللہ عنہا کے بھانجے تھے) میں نے اس عورت کو اتنا زیادہ روتے دیکھا کہ مجھے اس پر ترس آ گیا وہ کہہ رہی کہ مجھے ڈر ہے کہ میں ہلاک ہو جاؤں گی۔ میرا شوہر مجھ سے دور تھا ملتا تھا، ایک بڑھیا میرے پاس آئی تو میں نے اسے بتایا کہ میرا شوہر کہیں چلا گیا ہے، تو بڑھیا نے کہا کہ میں جو کہوں اگر تو وہ کرے گی تو تیرا شوہر واپس آجائے گا۔ پھر وہ رات کو دو کالے کتے لے کر ہمارے ہاں آئی ایک پر خود وار ہوئی دوسرے پر میں، پھر ہم چلے جاتے کہ باہل پہنچ گئے وہاں دو آدمیوں کو فضا میں معلق دیکھا انہوں نے ہم سے پوچھا کہ کیوں آئے ہو۔ میں نے پوچھا کہ کیا تم جادو جانتے ہو۔ انہوں نے کہا کہ ہم فتنہ ہیں کفر نہ کر اور چلی جا۔ میں نے کہا نہیں جاؤں گی۔ تو انہوں نے کہا کہ جادو اس طور میں پیشاب کر دے میں ملتی تو مجھے خوف آ گیا میں واپس آ گئی۔ انہوں نے پوچھا کیا کیا۔ میں نے کہا کر لیا۔ انہوں نے پوچھا کیا دیکھا۔ میں نے کہا کچھ نہیں تو انہوں نے کہا کہ تو نے کچھ نہیں کیا جا پیشاب کر۔ میرے خور کے پاس گئی تو مجھ پر کچھ طاری ہو گئی اور میں درگئی تو واپس آ گئی انہوں نے پوچھا کیا پیشاب کر لیا۔ میں نے کہا ہاں! انہوں نے کہا کیا دیکھا۔ میں نے کہا کچھ نہیں انہوں نے کہا تو جھوٹ بولتی ہے۔ تیرا کام ہونے والا ہے ورنہ کفر نہ کر چلی جا۔ تو میں گئی اور تورو میں پیشاب کیا اور میں نے ایک گھوڑے کو جو لوہے میں لپٹا تھا خود سے نکلے دیکھا وہ گھوڑا آسمانوں میں غائب ہو گیا۔ میں واپس آئی تو انہوں نے پوچھا کیا دیکھا۔ میں نے انہیں بتایا کہ انہوں نے کہا تیرا ایمان تھا جو تجھ سے نکل گیا جا ب چلی جا۔ تو میں نے اس بڑھیا کو کہا کہ واللہ! میں نے تو کوئی چیز کبھی نہیں اور نہ ہی انہوں نے کچھ بتایا ہے تو بڑھیا بولی کہ کیوں نہیں! اب تو چاہے گی وہ ہو جائے گا یہ لے گی ہوں اور اسے بودے تو میں نے اسے بویا اور کہا نکل آ“ تو پودا نکل آیا“ میں نے کہا زمین میں نکل وہ نکل پڑا، پھر میں نے کہا صاف ہو جاوہ صاف ہو گیا میں نے کہا سوکھ جاوہ سوکھ گیا، میں نے کہا پس جا، تو وہ پس گیا، میں نے کہا روٹی بنا، تو روٹی بن گئی۔ جب میں نے دیکھا کہ جو میں چاہتی ہوں وہی ہو رہا ہے تو میرے ہاتھ پاؤں پھول گئے اور میں بہت نادم ہوئی۔ اے ام المومنین! میں نے پھر کچھ نہیں کیا اور نہ ہی کبھی کروں گی (میرے لیے کیا حکم ہے؟) تو میں نے صحابہ کرم سے اس بارے میں رائے پوچھی۔ (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

عَبْدُ



## ندامت کے آنسو

کون خطا کار ہے لیکن اللہ تعالیٰ سے دوستی چاہتا ہے؟ ہاں ہم خطا کار ہیں اور کمال دوستی میں عروج چاہتے ہیں۔ ”ندامت کے آنسو“ تو صرف نادم شخص کے آنسو ہو سکتے ہیں۔ ندامت صرف گناہوں کے بعد ہوتی ہے۔ ہاں ایک ندامت یہ بھی ہے کہ ہم کہیں کہ میں نے ایک عمل کیا لیکن اس عمل کا حق ادا نہ کر سکا۔ مجھے ایک صاحب کہنے لگے کہ ہر وقت باغی ہو رہا ہوں۔ اتنی دفعہ درویش شریف ملاقاتی بارغلاں فلاں ذکر کرتا ہوں لیکن مجھے سے فلاں فلاں کی اور گناہ ہو جاتا ہے۔ مجبور ہوں کیا کروں؟ میں نے ان سے عرض کیا کہ کیا آپ کے اندر ندامت ہے؟ کہنے لگے بہت ہی زیادہ ندامت ہوتا ہوں۔ عرض کیا بس یہی ترقی و کامیابی اور اصلاح کا راز ہے کیونکہ جب ندامت دل کے اندر شروع ہو جاتی ہے تو اس وقت ایک ترقی اصلاح اور کمال کا پھول کھلتا ہے جس کی خوشبو سے عالم بھر میں خیرت اور برکت اور رحمت کے بادل چھا جاتے ہیں۔ قارئین! یقین چاہیے! جب تک انسان میں احساس گناہ نہ ہو، ہم احساس ندامت کہہ رہے ہیں باقی موجود رہتا ہے اس کی ترقی اور اصلاح ہوتی رہتی ہے اور جب احساس گناہ ختم ہو جاتا ہے تو پھر ندامت نہیں ہوتی اور نہ ہی توبہ کا موقع ملتا ہے اور نہ ہی زندگی بدلتی ہے۔ اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ وہ مجھے اور آپ کو ندامت کے چند قطرے نصیب فرمادے۔ ملا جن کے اندر اخلاص اور لہجہ ہو۔ اس کتاب میں کیا ہے

**چند جھلکیاں مشاہدہ فرمائیں۔** قرآن کریم میں توبہ کے متعلق آیات ☆ توبہ استغفار ☆ چل حدیث کی روشنی میں قرآن مجید میں توبہ و استغفار کی دعائیں ☆ خاص و قوتوں کا استغفار توبہ کے متعلق بزرگان دین کے اقوال ☆ سابقہ امتوں پر توبہ و استغفار سے انکار پر عبرت ناک عذاب ☆ بادشاہوں کی توبہ کے واقعات ☆ ماہ رمضان میں توبہ کی فضیلت ☆ توبہ کی شرائط ☆ فضیلت توبہ ☆ اقوال توبہ ☆ توبہ کی حکایات و واقعات ☆ چند عمدہ اور نیک خصلتیں جن سے گناہ معاف ہو جاتے ہیں ☆ توبہ کا بیان ☆ توبہ کے فوائد و ثمرات۔ توبہ کا التزام کرنا ☆ درس استغفار قرآن آیات کی روشنی میں ☆ درس توبہ احادیث کی روشنی میں ☆ درس استغفار احادیث کی روشنی میں۔

دونوں پھلوں میں موجود حیاتین، معدنی نمک اور ہاضم خیر سے جسم کو توانائی ملتی اور اچھا خون بنتا ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 37 پر)

## (بقیہ امرود)

**تازہ تحقیق:-** امرود معدے کے علاوہ قلب کو بھی تقویت دیتا ہے۔ تائیوان میں ہونے والی تازہ تحقیق کے مطابق امرود کا رس استعمال کرنے سے خون کی بڑھی ہوئی شکر نمایاں طور پر کم ہو جاتی ہے۔ اس طرح میکسیکو میں کہ جہاں امرود ہزاروں سال سے استعمال ہو رہا ہے، امرود کو اسہال روکنے کے لیے مفید پایا گیا ہے۔ طبی اعتبار سے امرود مفرح اور مقوی ہے۔ حفظان اور گھبراہٹ دور کرتا ہے۔ قبض دور کرتا ہے۔ اور یوآنیر کے لیے بھی مفید ہوتا ہے۔ امرود سے جسم کی قوت مدافعت مستحکم ہوتی ہے۔ اس لیے یہ زکام کے لیے بھی مفید رہتا ہے۔ اس کی چاٹ

## (بقیہ: قرآن سے محبت)

کہ زیادہ سے زیادہ وقت گزر جائے پھر ایک دوسرے کو تھوکتے۔ ”جاؤ ناب کب تک پانی پیو گے پھر مولوی صاحب ڈانٹیں گے۔“ تو تم خود چلی جاؤ نہ تم مجھ سے پہلے پانی پینے آئی تھیں“ پھر ہم جوں کی چال چلتے واپس جاتے۔ مگر مولوی صاحب کی ایک بات قابل تعریف تھی۔ وہ یہ کہ ہم چاہے کتنی ہی دیر لگاتے مگر وہ پڑھائے بغیر ہمیں چھوڑتے ہرگز نہ تھے۔ کبھی کبھی ان کا دل خوش ہوتا تو وہ ہمیں ایک آدھ لطفہ بھی سنا دیا کرتے تھے۔ دراصل اب میں سوچتی ہوں تو یاد آتا ہے کہ مولوی صاحب غمزدہ سے اور کمزور صحت والے انسان تھے ان کی بیوی بیمار رہا کرتی تھیں اور اکلوتی بیٹی بھی بالکل سینک سلائی سی تھی۔ وہ ہمیشہ پیوند لگے سفید کھدر کے کپڑے پہنتے تھے۔ جب سے آج تک میں یہی سوچتی چلی آئی ہوں کہ یہ قرآن پڑھانے والے مولوی اتنے غم زدہ اور کم حیثیت کیوں ہوا کرتے ہیں۔ اب کبھی کبھی میرا دل چاہتا ہے کہ میرا وہ قرآن پڑھانے والا استاد مجھے مل جائے تو میں اس کو دیکھ کر بالکل اسی طرح اٹھ کر تعظیم دوں جیسے سید وقار عظیم اور ڈاکٹر سید عبداللہ کو دیکھ کر خود بخود اٹھ جانے کو دل چاہتا ہے۔ وہ بھی تو آخر کو میرا استاد ہی تھا۔ کیا ہوا جو وہ میرے ذہن سے رابطہ پیدا نہ کر سکا اور میرا وہ استاد خستہ حال اور ضرورت مند تھا۔ ایک بار قرآن شریف ختم کروا کر مولوی صاحب وطن گئے تو پھر واپس نہ آئے۔ اور کم سے کم میں نے کبھی ان کی ضرورت بھی محسوس نہ کی۔ اس لئے کہ اب کھینے کی مکمل آزادی تھی۔ اور مولوی صاحب یاد رکھنے کے قابل چیز نہ تھے۔ ان ہی دنوں مولانا بخش کی کوٹھری میں ایک قابل ذکر تبدیلی نظر آئی یعنی اس کی دھلی دھلائی تھنڈی اور صاف ستھری کوٹھری میں ایک دراز قد اور سفید ریش بوڑھا نظر آیا۔ مولانا کھانا پکاتا تھا۔ شاہ فام صاف ستھرا سفید شاکو کا پہنے چار خانے کی تہہ باندھ کھڑا وہیں پہنچے کھٹ کھٹ کرتا کام کرتا پھرتا۔ پابندی سے پانچوں وقت کی نماز اور صبح کی تلاوت کے علاوہ تہجد بھی کبھی قضا نہ کرتا۔ وہ ہچکیاں لے لے کر قرآن شریف پڑھا کرتا تھا اور بچوں سے اس کو دلی نفرت تھی۔ کیا محال جو اس کی کوٹھری میں کوئی قدم بھی رکھ لے فوراً ہاتھ پکڑ کر باہر کر دیتا۔“ یہاں کیا کام ہے چلو جا کر باہر کھڑو“ اور مجھے کتنا شوق تھا اس کی کوٹھری میں تھنڈی تھنڈی چٹائی پر بیٹھنے کا۔ مگر ہم تو اس کی کوٹھری تو کوٹھری آگے والی کچھیل تک میں قدم رکھتے گھبراتے تھے۔ یوں لگتا تھا کہ کوٹھری ہمارے ملازم کی نہیں کسی جن بھوت کی ہے۔ مگر جب سے وہ بڑے میاں آکر رہ رہے تھے ان کی مسکراہٹ ہماری خاصی ہمت افزائی کرتی یہاں تک کہ کبھی کبھی ہم لکڑی کے ستونوں سے لگ کر ان کو مخاطب کرتے۔

## (بقیہ: ملتان میٹھی اور لکھنؤ سے مکمل مہارے کا علاج)

غیر معیاری سامان آرائش ہرگز استعمال نہ کریں۔ ان بدلیات کو نظر انداز کرنے والی خواتین ساری عمر پچھتتی ہیں کیونکہ جوانی میں غیر متوازن غذا اور جسمانی ورزشوں سے گریز نہ صرف جلد کی خرابی کا باعث بلکہ اوجیر عمری میں جوڑوں کے درد کا سبب بھی بنتا ہے۔ خشک ہوا بھی جلد کی خرابی کی ایک بڑی وجہ ہے۔ خشک موسم میں اپنی زیادہ پیچھے در نہ نہ صرف چہرے بلکہ سارے جسم کی جلد خشک اور کچی ہوئی محسوس ہوگی۔ اگر احتیاطی تدابیر نہ لیں جائیں تو خشکی اور جھریوں کا شکار ہو کر جلد پر دانے پھینک لیں گی۔

**☆ علاج اور تدابیر :-** جدید تحقیق اب تک یہ ثابت نہیں کر سکی کہ کوئی غذا مکمل مہاسوں کی افزائش کا باعث بنتی ہے۔ البتہ روایتی طور پر کہا جاتا ہے کہ قبض نہ ہونے دیں، چٹنائی کم استعمال کریں، پھل اور سبز پالیاں زیادہ کھائیں، مسالا کو جزو دستر خوان بنائیں، شکر کم کھائیں۔ پانی زیادہ پیئیں، لیٹوں کا استعمال کریں، حیاتین ج اور وائیٹا میں زیادہ کھائیں کیونکہ یہ دونوں جلد کو لکشی اور نرمی دیتی ہیں۔ تاہم حیاتین والی ادویہ ڈاکٹر سے مشورہ کرنے کے بعد ہی لکھی جائیں۔ چہرے کو روزانہ دوسرے معیاری اور اچھے صابن سے دھونا ضروری ہے۔ مزید برآں دن میں ایک بار مین، چوکر (چھپے آٹے کی بھوسی) (ایٹن) یا پھر کسی سوئی کپڑے کی مدد سے آہستہ آہستہ مساج کریں۔ بازو سامان آرائش، ماسک اور سکرنگ کے بجائے گھریلو اشیاء پر انحصار کریں۔ خشک جلد کو روغن اجزاء والا صابن لیں۔ اگر جلد چٹکنی ہو تو مین سے چہرہ دھونا مفید تر ہے۔ مکمل مہاسوں کا موثر علاج کلیننگ بھی ہے۔ روئی کی مدد سے چہرہ کلینر سے صاف کر لیں، بعد کو اسٹریجٹ کے چند قطرے روئی کی مدد سے چہرے پر پھیر دیں، عمدہ کلیننگ ہو جائے گی۔ اس عمل کے بعد آپ کی مرضی کے چہرہ ہولیس یا رستہ دیں۔ ایک اور ماسک کا نسخہ پیش ہے۔ میدہ ایک پیچ، لیٹوں، کھیرے اور ٹماٹر کا رس: ایک پیچ یہ اشیاء ایک انڈے کی سفیدی میں اچھی طرح پھینٹیں۔ پھر یہ آمیزہ چہرے پر پھیلائیں اور مکمل کا باریک کپڑے کا ٹکڑا چہرے پر ڈال دیں۔ پندرہ سے بیس منٹ بعد کپڑا ایک کونے سے پکڑ کر ماسک اتارنا شروع کریں اور چہرہ پانی سے دھو لیں۔ جلد نکھر جائے گی اور مکمل مہاسوں کی افزائش میں کمی آئے گی۔

## (بقیہ: جادو کا عمل کرنے سے توبہ)

تو انہیں سمجھ نہ آیا کہ کیا کہیں حالاں کہ بہت سارے صحابہؓ موجود تھے۔ ہر ایک اس عورت کے مسئلے میں فوری دینے سے ڈرتا تھا کہ جو معلوم نہیں اس کے بارے میں کیا کہیں، مگر شایانہ ابن عباسؓ کی اس اور نے یہ کہا کہ اگر تیرے والدین یا ان میں سے کوئی ایک زندہ ہوتا تو پھر کچھ کرتے ہشام بن عروہ کہتے ہیں کہ اور اللہ سے ڈرنے کی وجہ سے نہ بولے۔ اگر ہمارے پاس ایسی عورت آجاتی تو اسے بہت سے احمق اور جلد باز مل جاتے جو بغیر علم فنی دے دیتے۔

## (بقیہ: دکھاری ماں اور بیٹی کی قبر)

وہ غلطی سے میت کے ساتھ قبر ہی میں دفن ہو گیا ہے۔ چنانچہ با امر مجبوری ہم نے جا کر دوبارہ قبر کھودی شروع کی۔ جوں ہی ہم نے قبر سے سل بنائی، خوف کے مارے ہماری چیخیں نکل گئیں کیونکہ جس جوان لڑکی کو ابھی ابھی ہم نے تھوڑے کفن میں لپیٹ کر سلا یا تھا، وہ کفن پھاڑ کر اٹھ بیٹھی تھی اور وہ بھی کمان کی طرح نیڑھی۔ آہ اس کے سر کے بالوں سے اس کی ٹانگیں بندھی ہوئی تھیں اور کوئی چھوٹے چھوٹے معلوم خونخوار جانور اس سے چپے ہوئے تھے۔ یہ دہشت ناک منظر دیکھ کر خوف کے مارے ہماری کھکھی بند ہو گئی اور ہینڈ بیک نکالنے بغیر جوں جوں میٹھی پھینک کر ہم بھاگ کھڑے ہوئے۔ گھر آکر میں نے عزیزوں سے اس لڑکی کا جرم دریافت کیا تو بتایا گیا کہ اس میں کوئی ذرا مانہ معیوب سمجھا جانے والا جرم تو نہیں تھا البتہ یہ بھی عام لڑکیوں کی طرح فیشن پہننے اور پردہ نہیں کرتی تھی۔ ابھی انتقال سے چند روز پہلے رشتہ داروں میں شادی تھی تو اس نے فیشن کے بال کٹوا کر، بن سنوکر عام عورتوں کی طرح بے پردہ شادی کی تقریب میں شرکت کی تھی۔ (نا قابل یقین سچے واقعات ۱۴۸)

## (بقیہ آلو، شکل دل کش نہ کش، مکر سیرت اچھی)

اگر انھیں محفوظ کرنا ہو تو اس کے لیے مناسب ترین جگہ وہ جہاں اندھیرا رہتا ہے۔ موسم گرما میں جب اس کی فصل منڈی میں آتی ہے تو یہ خاص طور پر لوگوں کی توجہ کا مرکز بنتا ہے یا جب کسی ملک میں غذائی قلت پیدا ہو جاتی ہے، تب اندازہ ہوتا ہے کہ یہ حقیر سی بستی کتنی عظیم نعمت ہے اور انسان اس کے کتنے محتاج ہیں اس میں کوئی شبہ نہیں کہ نئے آلو زیادہ مزے دار ہوتے ہیں، لیکن پرانے آلوں کو جو قریباً ہر موسم میں ملتے ہیں لذیذ کھانے کی شکل دینے کے لیے بے شمار طریقے ہیں۔ آج کل آلوؤں کی بے شمار اقسام دنیا بھر میں موجود ہیں اور ہر موسم میں نئی نئی اقسام پیدا کی جاتی ہیں، لیکن ماہرین کے نزدیک آلوؤں کی وہ اقسام سب سے بہترین ہیں جن میں زیادہ نشاستہ پایا جاتا ہے۔ امریکی چپس کمپنیاں، ہپٹالوں اور انوائج کو مہیا کرنے کے لیے خاص طور پر ایسے چپس تیار کرتی ہیں جن میں نشاستے کی مطلوبہ مقدار لازماً موجود ہوتی ہے

آلو کے قتلے بنانے کا فرانسیسی طریقہ :- آلوؤں کو اچھی طرح چھیل کر صاف کر لیں اور ان کے پتلے پتلے گول قتلے کاٹ لیں۔ اب ان قتلوں کو نہ دو فرائی پین میں رکھ کر دوا فرمگی (یا مکھن) ڈال دیں۔ فرائی پین کو کسی دھکنے سے ڈھاپ دیں اور ہلکی آگ پر پکا لیں۔ بہتر یہ ہوگا کہ چولہے پر لہے کو کوئی جالی یا تواد غیرہ رکھ لیں تاکہ آگ پھیل کر سارے فرائی پین کے پینڈے کو یکساں لگے تھوڑی تھوڑی دیر بعد فرائی پین ہلاتے رہیں جس سے قتلے الٹ پلٹ جائیں اور سارے قتلے یکساں گل جائیں۔ انھیں گلنے میں اندازاً چالیس سے پینتالیس منٹ تک لگیں گے۔ جب آلو نم ہو جائیں تو ڈھکنا ہٹا دیں اور آگ تیز کر دیں تاکہ آلوؤں کا رنگ بادامی ہو جائے۔ ان پر نمک، گرم سالاد اور کٹا ہوا سبز دھنیا، مرچ وغیرہ چھڑک لیں بوالذہ سائل تیار ہو گیا۔

## (بقیہ خواتین کی اسلامی زندگی)

سالہ تحریر و لکھ کے مطابق مٹی گو برادر گھاس کا مکر، بہت سستا اور نہایت کارآمد تعمیراتی آئیزہ ہوتا ہے۔ اس میں بس عیب یہی ہے کہ اس کی بچی چھت گرتی ہے تو مکینوں کی جان لے لیتی ہے۔ بین الاقوامی ترقیاتی ریسرچ سینٹر کے مطابق اس خامی کو دور کرنے کے لیے دیواروں میں مضبوط بانس لگا کر چھت بھی چٹے بانسوں سے بنانے کے بعد ان پر کچھ ڈکالیپ چڑھانے سے یہ مکانات بہت محفوظ ہو جاتے ہیں۔

## ☆ افراتفری اور موجودہ دور کی پریشانیوں کا واقعی علاج ☆

## گھریلو جھگڑوں کا سائنسی نفسیاتی اور روحانی علاج

آزمودہ کار ماہرین کے تازہ مشاہدات سائنس کی ابھرتی ہوئی تحقیقات اور روحانی معالجین کے زندہ وظائف و عملیات عنقریب شائع ہو رہی ہے اپنی ڈیمانڈ سے فوری مطلع کریں۔

## (بقیہ غیر مسلموں سے حسن سلوک)

پتا چلنے پر مسلمانوں نے تعاقب کیا تو وہ درہ میں گھس گئے جہاں قبائل غطفان کا سپہ سالار عیینہ بن حصن ان کی امداد کو موجود تھا۔ مسلمانوں میں حضرت سلمہ بن لاکوہ ایک مشہور تیر انداز صحابی تھے۔ سب سے پہلے ان کو اس غارتگری کی خبر ہوئی۔ انہوں نے ”واصبا حاہ“ کا نعرہ مارا اور دوڑ کر چھاپ مارنے والوں کو جالیا۔ وہ اونٹوں کو پانی پلا رہے تھے۔ سلمہ نے تیر برسانے شروع کئے تو وہ بھاگ نکلے۔ حضرت سلمہ نے تعاقب کیا اور ان سے لڑ بھڑ کر تمام اونٹنیاں چھڑا لائے۔ واپس آکر رسول اکرم ﷺ نے رحمت عام کے لحاظ سے فرمایا: ”قابو پا جاؤ تو غصے سے کام لو۔“

## (بقیہ جنات سے بچی ملاقات)

گھبرا گیا اس نے سلیٹ پر سلیٹ سے خانے بنائے الٹی سیدھی لکیریں ڈالیں۔ ایک پرانی سی کتاب نکالی اس کی ساری تحریر ہندی تھی اس نے ایک صفحہ کھول کر غور سے پڑھا میرا نام پوچھا سلیٹ پر ہندی میں کچھ لکھا اور وہ پہلے زیادہ پریشان ہو گیا۔ ”نہیں“ اس نے سلیٹ اور کتاب اپنے نیچے میں ڈالتے ہوئے کہا میں کچھ نہیں بتا سکتا کچھ نہیں، کچھ نہیں۔ میں نے جان لی کہ وہ جو پیش گوئی چھپا رہا ہے اس کا تعلق میری یا میری بیوی یا میرے بچوں کی زندگی اور موت سے ہے میں نے اسے کہا کہ وہ کچھ نہ چھپائے سب کچھ بتا دے اس نے پھر بھی انکار کیا۔ آپ یہی چھپا رہے ہیں کہ میں فلاں دن مر جاؤں گا میں نے کہا یا میرا کوئی بچہ مر جائے گا۔۔۔ میری بات غور سے سن لیں جوٹی مہاراج! میں آپ کو بتا چکا ہوں کہ میں مسلمان ہوں اور میرا عقیدہ ہے کہ کسی کی موت کی پیش گوئی کوئی انسان نہیں کر سکتا۔ اس راز کو صرف خدا جانتا ہے۔ وہ غصے میں آ گیا کہنے لگا تم اس وقت زندہ نہیں ہو گے۔ یہ آدمی جو یہاں بیٹھے ہیں مان جائیں گے کہ تمہارا عقیدہ غلط ہے۔ بات بتاؤ مہاراج! میں نے دیر سے کہا ”صاف بات کرو“ آج سے آٹھویں رات تمہاری زندگی کی آخری رات ہوگی۔ اسنے کہا مگر تم وہ پوری رات نہیں دیکھ سکو گے میں یہ نہیں بتا سکتا کہ تمہاری موت کس طرح ہوگی ہو سکتا ہے ہمیں سانپ ڈس لے ہو سکتا ہے کوئی حادثہ ہو جائے۔ تمہاری عمر کی لکیر ختم ہو گئی ہے اور آگے کسی بیماری کے نشان نہیں ملتے اس سے میں قیافہ لگایا کہ تم بیماری سے نہیں مرو گے اچانک تمہیں موت پکڑ لے گی۔ میرے دل پر جو گہرا ہتھ تھی وہ یکفخت ختم ہو گئی۔ میں نے اپنے عقیدے کو مضبوطی سے پکڑے رکھا اور اسے کہا اگر وہ خدا سچا ہے جس کی میں عبادت کرتا ہوں تو تم جھوٹے ثابت ہو گے اب ہم انشاء اللہ آٹھویں رات کے بعد ملیں گے۔ میں وہاں سے اٹھ آیا۔

(جاری ہے)

## (بقیہ گھریلو جھگڑوں سے بچنے کے آٹھ اصول)

آپ اپنی زندگی میں پیدا ہونی والی تبدیلیوں سے خود کو ہم آہنگ نہ کر سکے ہوں، ہو سکتا ہے یہ کوئی پرانی جوت ہو جس کے زیر اثر آپ غیر شعوری طور پر انتقام لینے پر اتر آئے ہوں جھگڑے حالات کو ایک منطقی نکتے پر لے آتے ہیں، یہاں پہنچ کر آپ کو یہ فیصلہ کرنا ہوتا ہے کہ آپ بات کو بڑھانا چاہتے ہیں یا ختم کرنا چاہتے ہیں۔ ختم کرنے کے لیے حقیقی وجوہات کو ختم کر دیا جاتا ہے تو آپ کا ازدواجی رشتہ پہلے سے زیادہ مستحکم اور پائدار ہو جاتا ہے۔ ایسے ازدواجی جھگڑوں کا ایک مثبت پہلو ہے لیکن اس سے فائدہ صرف اسی صورت میں اٹھایا جاسکتا ہے جب آپ حالات کو مثبت انداز میں دیکھتے اور پینڈل کرنے کی کوشش کریں۔

## ۸۔ بات کا بے جھگڑ بنانے سے بچیں

چھوٹی چھوٹی باتیں جھگڑوں کا سبب بن جاتی ہیں، اس لیے کہ میاں بیوی میں سے کوئی ایک یا دونوں بات کا بے جھگڑ بنانے کے شوقین ہوتے ہیں۔ یہ وہ لوگ ہوتے ہیں جنہیں ہر بات کو منفی تناظر میں دیکھنے کی عادت ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر، شوہر نے اپنے جوتے اتار کر سائیز پر نہیں رکھے بلکہ بیچ کمرے میں پڑے چھوڑ دیئے۔ ممکن ہے کہ اس نے ایسا محض اپنی کابلی کی بناء پر کیا ہو لیکن بات کا بے جھگڑ بنانے والی بیوی جوتوں کو دیکھ کر یہ سوچ سکتی ہے کہ میرا شوہر مجھے اپنی زرخیز لونڈی بھجتا ہے۔ اور توقع رکھتا ہے کہ میں اس کی جوتاں اٹھاؤں۔ جھگڑا ہونے کے اسباب خود بخود پیدا ہو جائیں۔ اسی طرح بیوی کا معمول ہے کہ وہ دن بھر کے برتن اس وقت صاف کرتی ہے جب شوہر رات کو گھر پر واپس آتا ہے۔ ممکن ہے اسے اس کام کے لیے فرصت ملتی ہے اس وقت وہ لیکن بات کا بے جھگڑ بنانے والا شوہر یہ سوچ سکتا ہے کہ میری بیوی میرے آتے ہی کام میں اس لیے لگ جاتی ہے تاکہ اسے مجھ سے بات نہ کرنی پڑے کیونکہ وہ مجھ سے بات کرنا پسند نہیں کرتی۔ نہایت احمقانہ سوچ ہے۔ لیکن جھگڑا کرانے میں بے حد عنوثر ثابت ہو سکتی ہے۔ اگر ایسا کرنے والے لوگ کسی قوت ٹھنڈے دل سے اپنے رویے پر غور کریں تو انہیں احساس ہوگا کہ اکثر باتوں پر ان کا رد عمل کتنا غیر منطقی اور بچکانہ ہوتا ہے۔ اس حقیقت کو سمجھ لینے کے بعد وہ بات کا بے جھگڑ بنانے کی عادت سے نجات حاصل کر سکتے ہیں۔ بشرطیکہ وہ ایسا کرنا چاہیں۔ نہ چاہیں تو نہ کریں لیکن اگر انہیں اپنی زندگی از دو واجی زندگی کا سکون طلب ہے تو ایسا کئے بغیر ان کے پاس کوئی چارہ نہیں۔

## (بقیہ: صلاح الدین الیوٹی)

لیکن انہیں صلاح الدین کی نافرمانی کی جرات نہ تھی۔ صلاح الدین نے جلد ہی ان سب کو ہار کر دیا، جو جزیہ دے سکتے تھے، باقیوں کو وہ غلام کی حیثیت سے رکھنا چاہتا تھا، لیکن جب خواتین نے اس کے پاس جا کر یہ درخواست کی کہ ان کے شوہروں کو ہار کر دیا جائے تو اسے بہت افسوس ہوا اور اس نے ان کے کہے کو پورا کر دیا۔ درحقیقت جو جو قیدی بھی اس کے سامنے چہرہ تم سے لٹکائے گزرتا رہا، وہ اسے چھوڑتا رہا، اگرچہ صلاح الدین نے عیسائیوں سے جولوگ کیا، وہ اس سلوک سے بالکل مختلف تھا، جو انہوں نے عربوں سے کیا تھا، لیکن اس کا مطلب یہ نہیں کہ وہ کمزور یا نرم دل رہتا تھا۔ (ریحان زہیری)

(بقیہ آلو، شکل دل کش نہ کش، مگر سیرت اچھی)

اگر انھیں محفوظ کرنا ہو تو اس کے لیے مناسب ترین جگہ وہ جہاں اندھیرا رہتا ہے۔ موسم گرما میں جب اس کی نئی فصل منڈی میں آتی ہے تو یہ خاص طور پر لوگوں کی توجہ کا مرکز بنتا ہے یا جب کسی ملک میں غذائی قلت پیدا ہو جاتی ہے، تب اندازہ ہوتا ہے کہ یہ حقیر سی سبزی کتنی عظیم نعمت ہے اور انسان اس کے کتنے محتاج ہیں اس میں کوئی شبہ نہیں کہ نئے آلودہ مزے دار ہوتے ہیں، لیکن پرانے آلودوں کو جو تقریباً ہر موسم میں ملتے ہیں لذیذ کھانے کی شکل دینے کے بے شمار طریقے ہیں۔ آج کل آلودوں کی بے شمار اقسام دنیا بھر میں موجود ہیں اور ہر موسم میں نئی سے نئی اقسام پیدا کی جاتی ہیں، لیکن ماہرین کے نزدیک آلودوں کی وہ اقسام سب سے بہترین ہیں جن میں زیادہ نشاستہ پایا جاتا ہے۔ امریکی چپس کمپنیاں، ہپتالوں اور افواج کو مہیا کرنے کے لیے خاص طور پر ایسے چپس تیار کرتی ہیں جن میں نشاستے کی مطلوبہ مقدار لازماً موجود ہوتی ہے

آلو کے قتلے کھانے کا فرانسیسی طریقہ:- آلودوں کو اچھی طرح چھیل کر صاف کر لیں اور ان کے پتلے پتلے گولے قتلے کاٹ لیں۔ اب ان قتلوں کو تدریجاً پین میں رکھ کر دھو کر (یا مکھن) ڈال دیں۔ فرائی پین کو کسی ڈھکنے سے ڈھاپ دیں اور ہلکی آگ پر پکائیں۔ بہتر یہ ہوگا کہ چولہے پر لٹے ہو کوئی جالی یا تو وغیرہ رکھ لیں تاکہ آگ بجھل کر سارے فرائی پین کے پینڈے کو یکساں لگے تھوڑی تھوڑی دیر بعد فرائی پین ہلاتے رہیں جس سے قتلے الٹ پلٹ جائیں اور سارے قتلے یکساں گل جائیں۔ انھیں گلنے میں اندازاً چالیس سے پینتالیس منٹ تک لگیں گے۔ جب آلو نرم ہو جائیں تو ڈھکنا ہٹا دیں اور آگ تیز کر دیں تاکہ آلودوں کا رنگ بادامی ہو جائے۔ ان پر نمک، گرم مسالا اور کٹا ہوا سبز دھنیا، مرچ وغیرہ چھڑک لیں بڑا لذیذ سالن تیار ہو گیا۔

(بقیہ خواتین کی اسلامی زندگی)

سالہ تھوڑے دن کے مطابق مئی کو برادر گھاس کا مرکب بہت سستا اور نہایت کارآمد تعمیراتی آمیزہ ہوتا ہے۔ اس میں بس عیب یہی ہے کہ اس کی بنی چھت گرتی ہے تو مکینوں کی جان لے لیتی ہے۔ بین الاقوامی ترقیاتی ریسرچ سینٹر کے مطابق اس خامی کو دور کرنے کے لیے دیواروں میں مضبوط بانس لگا کر چھت بھی چھپے بانسوں سے بنانے کے بعد ان پر کچھ کالیپ چڑھانے سے یہ مکانات بہت محفوظ ہو جاتے ہیں۔

☆ افراتفری اور موجودہ دور کی پریشانیوں کا واقعی علاج ☆

**گھریلو جھگڑوں کا سائنسی نفسیاتی اور روحانی علاج**

آزمودہ کارماہرین کے تازہ مشاہدات سائنس کی ابھرتی ہوئی تحقیقات اور روحانی معالجین کے زندہ وظائف و عملیات عنقریب شائع ہو رہی ہے اپنی ڈیمانڈ سے فوری مطلع کریں۔

(بقیہ غیر مسلموں سے حسن سلوک)

پتا چلنے پر مسلمانوں نے تعاقب کیا تو وہ درہ میں گھس گئے جہاں قبائل غطفان کا سپہ سالار عینہ بن حصن ان کی امداد کو موجود تھا۔ مسلمانوں میں حضرت سلمہ ابن لاکوع ایک مشہور تیر انداز صحابی تھے۔ سب سے پہلے ان کو اس غارتگری کی خبر ہوئی۔ انہوں نے ”واصباحا“ کا نعرہ مارا اور دوڑ کر چھاپہ مارنے والوں کو جالیا۔ وہ اونٹوں کو پانی پلا رہے تھے۔ سلمہ نے تیر برسائے شروع کئے تو وہ بھاگ نکلے۔ حضرت سلمہ نے تعاقب کیا اور ان سے لڑ بڑھ کر تمام اونٹنیاں چھڑا لائے۔ واپس آکر رسول اکرم ﷺ نے رحمت عام کے لحاظ سے فرمایا: ”قابو یا جاؤ تو غنمو سے کام لو۔“

(بقیہ جنات سے چچی ملاقات)

گھبرا گیا اس نے سلیٹ پر سلیٹی سے خانے بنائے الٹی سیدی لکیریں ڈالیں۔ ایک پرانی سی کتاب نکالی اس کی ساری تحریر ہندی تھی اس نے ایک صفحہ کھول کر غور سے پڑھا میرا نام پوچھا سلیٹ پر ہندی میں کچھ لکھا اور وہ پہلے زیادہ پریشان ہو گیا۔ ”نہیں“ اس نے سلیٹ اور کتاب اپنے تھیلے میں ڈالتے ہوئے کہا میں کچھ نہیں بتا سکتا کچھ نہیں، کچھ نہیں۔ میں نے جان لی کہ وہ جویشن گوئی چھپا رہا ہے اس کا تعلق میری یا میری بیوی یا میرے بچوں کی زندگی اور موت سے ہے میں نے اسے کہا کہ وہ کچھ نہ چھپائے سب کچھ بتا دے اس نے پھر بھی انکار کیا۔ آپ یہی چھپا رہے ہیں کہ میں فلاں دن مر جاؤں گا میں نے کہا یا میرا کوئی بچہ مر جائے گا۔۔۔ میری بات غور سے سن لیں جوٹی مہاراج! میں آپ کو بتا چکا ہوں کہ میں مسلمان ہوں اور میرا عقیدہ ہے کہ کسی کی موت کی پیش گوئی کوئی انسان نہیں کر سکتا۔ اس راز کو صرف خدا جانتا ہے۔ وہ غصے میں آگیا کہنے لگا تم اس وقت زندہ نہیں ہو گے۔ یہ آدمی جو یہاں بیٹھے ہیں مان جائیں گے کہ تمہارا عقیدہ غلط ہے۔ بات بتاؤ مہاراج! میں نے دلیری سے کہا ”صاف بات کرو“ آج سے آٹھویں رات تماری زندگی کی آخری رات ہوگی۔ اسے کہا مگر تم وہ پوری رات نہیں دیکھ سکو گے میں یہ نہیں بتا سکتا کہ تماری موت کس طرح ہوگی ہو سکتا ہے تمہیں سانپ ڈس لے۔ ہو سکتا ہے کوئی حادثہ ہو جائے۔ تمہاری عمر کی لکیر ختم ہو گئی ہے اور آگے کسی بیماری کے نشان نہیں ملتے اس سے میں قیافہ لگا یا کہ تم بیماری سے نہیں مرو گے اچانک تمہیں موت پکڑ لے گی۔ میرے دل پر جو گھبراہٹ تھی وہ نکلتی ختم ہو گئی۔ میں نے اپنے عقیدے کو مضبوطی سے پکڑے رکھا اور اسے کہا اگر وہ خدا سچا ہے جس کی میں عبادت کرتا ہوں تو تم جھوٹے ثابت ہو گے اب ہم انشاء اللہ آٹھویں رات کے بعد ملیں گے۔ میں وہاں سے اٹھ آیا۔

(جاری ہے)

(بقیہ گھریلو جھگڑوں سے بچنے کے آٹھ اصول)

آپ اپنی زندگی میں پیدا ہوئی والی تبدیلیوں سے خود کو ہم آہنگ نہ کر سکے ہوں، ہو سکتا ہے یہ کوئی پرانی چوٹ ہو جس کے زیر اثر آپ غیر شعوری طور پر انتقام لینے پر اتر آئے ہوں جھگڑے حالات کو ایک منطقی نکتے پر لے آتے ہیں، یہاں پہنچ کر آپ کو یہ فیصلہ کرنا ہوتا ہے کہ اب آپ بات کو بڑھانا چاہتے ہیں یا ختم کرنا چاہتے ہیں۔ ختم کرنے کے لیے حقیقی وجوہات کو ختم کر دیا جاتا ہے تو آپ کا ازدواجی رشتہ پہلے سے زیادہ مستحکم اور پائدار ہو جاتا ہے۔ ایسے ازدواجی جھگڑوں کا ایک مثبت پہلو ہے لیکن اس سے فائدہ صرف اسی صورت میں اٹھایا جاسکتا ہے جب آپ حالات کو مثبت انداز میں دیکھنے اور ہینڈل کرنے کی کوشش کریں۔

۸۔ بات کا بتکڑ بنانے سے بچئے

چھوٹی چھوٹی باتیں جھگڑوں کا سبب بن جاتی ہیں، اس لیے کہ میاں بیوی میں سے کوئی ایک یا دونوں بات کا بتکڑ بنانے کے شوقین ہوتے ہیں۔ یہ وہ لوگ ہوتے ہیں جنہیں ہر بات کو منفی تناظر میں دیکھنے کی عادت ہوتی ہے۔ مثال کے طور پر، شوہر نے اپنے جوتے اتار کر سائیڈ پر نہیں رکھے بلکہ بیچ کمرے میں پڑے چھوڑ دیئے۔ ممکن ہے کہ اس نے ایسا محض اپنی کالی کی بناء پر کیا ہو لیکن بات کا بتکڑ بنانے والی بیوی جوتوں کو دیکھ کر یہ سوچ سکتی ہے کہ میرا شوہر مجھے اپنی درخیز لونڈی سمجھتا ہے۔ اور توقع رکھتا ہے کہ میں اس کی جوتاں اٹھاؤں۔ جھگڑا ہونے کا اسباب خود بخود پیدا ہو جائیں۔ اسی طرح بیوی کا معمول ہے کہ وہ دن بھر کے برتن اس وقت صاف کرتی ہے جب شوہر رات کو گھر پر واپس آتا ہے۔ ممکن ہے اسے اس کام کے لیے فرصت ملتی ہے اس وقت ہو لیکن بات کا بتکڑ بنانے والا شوہر یہ سوچ سکتا ہے کہ میری بیوی میرے آتے ہی کام میں اس لیے لگ جاتی ہے تاکہ اسے مجھ سے بات نہ کرنی پڑے کیونکہ وہ مجھ سے بات کرنا پسند نہیں کرتی۔ نہایت احمقانہ سوچ ہے۔ لیکن جھگڑا کرانے میں بے حد موثر ثابت ہو سکتی ہے۔ اگر ایسا کرنے والے لوگ کسی قوت مند شخص سے دل سے اپنے رویے پر غور کریں تو انہیں احساس ہوگا کہ اکثر باتوں پر ان کا رد عمل کتنا غیر منطقی اور بچکانہ ہوتا ہے۔ اس حقیقت کو سمجھ لینے کے بعد وہ بات کا بتکڑ بنانے کی عادت سے نجات حاصل کر سکتے ہیں۔ بشرطیکہ وہ ایسا کرنا چاہیں۔ نہ چاہیں تو نہ کریں لیکن اگر انہیں اپنی زندگی ازدواجی زندگی کا سکون طلب ہے تو ایسا کئے بغیر ان کے پاس کوئی چارہ نہیں۔

(بقیہ: صلاح الدین الیوٹی)

لیکن انہیں صلاح الدین کی نافرمانی کی جرات نہ تھی۔ صلاح الدین نے جلد ہی ان سب کو ہار کر دیا، جو جزیہ دے سکتے تھے، باقیوں کو وہ غلام کی حیثیت سے رکھنا چاہتا تھا، لیکن جب خواتین نے اس کے پاس جا کر یہ درخواست کی کہ ان کے شوہروں کو ہار کر دیا جائے تو اسے بہت افسوس ہوا اور اس نے ان کے کہنے کو پورا کر دیا۔ درحقیقت جو جو قیدی بھی اس کے سامنے چہرہ غم سے لٹکا کر گزرتا رہا، وہ اسے چھوڑتا رہا، اگرچہ صلاح الدین نے عیسائیوں سے جو سلوک کیا، وہ اس سلوک سے بالکل مختلف تھا، جو انہوں نے عربوں سے کیا تھا، لیکن اس کا مطلب یہ نہیں کہ وہ کمزور یا نرم دل رہتا تھا۔ (رحمان زبیری)



# Nafees Pure Water



Vital Essence  
for your Life™



ACCREDITED BY  
Suitable for Human Consumption  
According to I. B. W.  
MICROBIOLOGICAL STANDARDS  
Shifa International Islamabad.  
N. I. H. Islamabad.  
Pakistan Council of  
Scientific & Industrial Research Lahore.  
The Government Public Analyst.

عقبقری الحمد للہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔